

Kefirko Sourdough Fermenter

Český návod k nádobě na výrobu a uchovávání kvásku



Tento návod je zpracovaný podle dodané anglické příručky a doplněný o přehled jednotlivých částí nádoby.

Nádoba slouží k přípravě aktivního kvásku, jeho sledování během fermentace a k pohodlnému uchování mezi jednotlivými pečeni.

Objem skleněné nádoby: 900 ml

Doporučené použití: příprava mateřského kvásku, levainu a krátkodobé skladování v lednici.

Schéma nádoby a obsah balení



1. Fermentační ukazatel – pro přesné sledování času od posledního dokrmování.
2. Víčko s odměrkou / odměrná nádobka – slouží jako kryt, odměrka a malá nádoba pro uchování kvásku.
3. Kroužek – pro stabilní upevnění doplňků na skleněné nádobě.
4. Těsnicí kroužek – zajišťuje bezpečnější uchování bez úniku pachů.
5. Skleněná nádoba – hlavní fermentační nádoba z kvalitního skla.
6. Gumička – pro označení počáteční hladiny kvásku a kontrolu růstu.
7. Odměrka – malá lžička pro přesné dávkování vody, mouky nebo soli.
8. Uzavírací disk – ochranný uzávěr pro skladování mimo aktivní fermentaci.
9. Silikonové víčko – malé víčko pro uzavření odměrné nádobky při skladování v lednici.
10. Příručka s tipy – stručný návod a rady pro práci s kváskem a recepty.

CO NÁDOBA UMOŽŇUJE

- sledovat růst kvásku pomocí gumičky
- označit čas posledního dokrmování
- fermentovat i skladovat v jedné sadě
- připravit menší množství levainu přímo ve sklenici

ZÁKLADNÍ SESTAVA

Při fermentaci se běžně používá skleněná nádoba, kroužek, odměrná nádobka a gumička. Pro skladování se místo fermentačního sestavení používá uzavírací disk s těsněním.

Jak začít s kváskem

Na pečení s kváskem potřebujete aktivní kvásek. Aktivní kvásek má příjemnou kvasnicovou vůni, je plný bublinek a po nakrmení se rychle zvětšuje přibližně na dvojnásobek.

Jak se k aktivnímu kvásku dostat

Možnost 1	Máte spící kvásek v lednici nebo vám někdo daruje malé množství svého kvásku. Takový kvásek obvykle stačí jednou až dvakrát dokrmit a můžete péct.
Možnost 2	Použijete sušený kvásek. Ten je potřeba nejprve aktivovat, což zpravidla trvá 2-3 dny.
Možnost 3	Založíte si kvásek od začátku pouze z mouky a vody. Tato varianta trvá nejdéle, protože je potřeba několik dní rozvinout přirozenou mikroflóru mouky.

Aktivace sušeného kvásku

1. Smíchejte 15 g sušeného kvásku, 25 ml vlažné vody a 30 g mouky. Nechte stát 6-8 hodin.
2. Přidejte 25 ml vlažné vody a 30 g mouky. Nechte stát 12-16 hodin.
3. Přidejte 60 ml vlažné vody a 60 g mouky. Nechte stát 12 hodin.
4. Polovinu směsi odeberte a opakujte 2. krok tak dlouho, dokud nebude kvásek aktivní.

Založení kvásku od nuly

1. Ve sklenici smíchejte 30 g mouky a 30 ml vlažné vody.
2. Po 48 hodinách dokrmte 30 g mouky a 30 ml vody. Nechte stát 24 hodin.
3. Polovinu směsi odeberte a znovu přidejte 30 g mouky a 30 ml vody. Nechte stát 24 hodin.
4. Opakujte 3. krok každý den alespoň 7 dní, dokud kvásek nebude aktivní.

Jakmile máte aktivní kvásek, připravte si levain – tedy množství kvásku určené přímo do receptu. Levain se připravuje ze stejného typu mouky, s jakým budete péct. Základní postup je vždy stejný: nakrmit kvásek → nechat fermentovat → péct.

Práce s nádobou a údržba

Víčko s odměrkou / odměrná nádobka

Tento díl funguje jako kryt fermentoru, odměrka i malá skladovací nádoba. Rysky na bočních stěnách pomáhají přesněji odměřit vodu a mouku při dokrmování. Pokud je během fermentace položený na hrdle nádoby bez pevného dotažení, umožňuje proudění vzduchu.

Skladování kvásku

Pro uchování kvásku mezi pečením můžete kvásek přendat do odměrné nádobky a uzavřít ji malým silikonovým víčkem. V lednici tak bezpečně počká na další dokrmení. Při pokojové teplotě se kvásek obvykle krmí 1× denně, v lednici přibližně 1× týdně.

Fermentační ukazatel a gumička

Fermentační ukazatel použijte k označení času posledního dokrmení. Gumičku nasadte na počáteční výšku kvásku – snadno tak uvidíte, kdy kvásek zdvojnásobil objem a je připravený k použití.

Odměrka

Součástí sady je malá lžička o objemu přibližně 5 ml. Hodí se pro přesné dávkování menších množství vody, mouky nebo soli při dokrmování.

Uzavírací disk a skladovací víčko

Uzavírací disk se nasazuje do kroužku a vytváří uzávěr pro skladování kvásku nebo jiných fermentů v lednici. Pokud chcete použít skladovací režim, z barevného kroužku vyjměte vnitřní těsnění a použijte jej společně s uzavíracím diskem.

Péče o fermentor

Před prvním použitím omyjte všechny části v teplé vodě se saponátem a důkladně opláchněte. Jednotlivé díly se doporučuje mýt ručně. Zaschlé zbytky těsta odstraňujte jemným kuchyňským kartáčkem. Nepoužívejte drátěnky ani ostré nástroje.

Během fermentace držte nádobu mimo přímé slunce a dál od zdrojů tepla. Po použití vyjměte těsnění z kroužku, omyjte obě části a před opětovným složením je nechte zcela vyschnout.

Plastové součásti jsou vyrobené z bioplastu. Po dosloužení je vyhodte do tříděného plastového odpadu podle místních pravidel.

Výběr mouky a praktické tipy

Jakou mouku zvolit

Kvalita surovin je při práci s kváskem zásadní. Právě v mouce se nachází mikroorganismy, které fermentaci pohánějí. Vyhýbejte se silně průmyslově upravené nebo bělené mouce, protože může obsahovat méně živé mikroflóry. Dobrou volbou bývá kvalitní lokální nebo bio mouka.

Pro založení nového kvásku často dobře funguje žitná nebo celozrnná mouka, protože dokáže fermentaci rychleji nastartovat. Jakmile je kvásek stabilní a aktivní, můžete ho dále krmit i jiným typem mouky. Praktické pravidlo je jednoduché: kvásek krmte stejnou moukou, s jakou chcete péct.

Bezlepková mouka se také dá použít, ale výsledný chléb bývá hutnější a křehčí. Často je potřeba doplnit další složky, například psyllium nebo xanthanovou gumu.

Tipy pro používání nádoby

- Pokud chcete odměrnou nádobku v kroužku pevně zajistit, našroubujte ji. Tím omezíte proudění vzduchu během fermentace.
- Jestliže je nádobka pouze položená nebo není dotažená, fermentor může lépe „dýchat“.
- Silikonové díly se přizpůsobují tlaku plynu, který při aktivní fermentaci vzniká. Když se víčko začne mírně nadzvedávat, fermentace je velmi živá.
- Rysky na odměrné nádobce pomáhají s dávkováním, malé množství pohodlně odměříte přiloženou lžičkou.
- Odměrná nádobka je praktická i samostatně – v lednici může sloužit jako malé úložiště pro mateřský kvásek mezi pečeními.

Fermentační časový plán a základní recept

Níže je orientační harmonogram pro přípravu běžného kváskového chleba. Podle receptu nebo teploty v místnosti se mohou časy měnit.

Fáze	Potřebný čas
Příprava levainu	7-10 hodin
Autolýza	1 hodina
Přidání levainu	bez odpočinku
Překládání a hlavní kynutí	2-3 hodiny (každých 30 minut)
Tvarování	dle potřeby
Finální kynutí	3-4 hodiny
Naříznutí a pečení	asi 1 hodina

Chcete-li mít chléb upečený například v sobotu odpoledne, založte levain v pátek večer. Pokud byl mateřský kvásek delší dobu v lednici a není aktivní, vytáhněte ho a nakrmte už v pátek ráno.

Jednoduchý recept na bílý kváskový chléb

Suroviny

- 500 g pšeničné mouky + 30 g mouky na levain
- 350 ml vody + 25-30 ml vody na levain
- 10 g aktivního kvásku
- 10 g soli

Postup

1. Levain: ve skleněné nádobě smíchejte 10 g kvásku, 30 ml vody a 30 g mouky. Nechte při pokojové teplotě kvasit, dokud nezvětší objem přibližně na dvojnásobek (7-10 hodin).
2. Autolýza: ve větší míse promíchejte 350 ml vlažné vody a 500 g mouky. Nechte asi 1 hodinu odpočívat.
3. Přidání levainu: do těsta vmíchejte připravený levain a 10 g soli.
4. Překládání: po dobu 2-3 hodin těsto každých 30 minut roztáhněte a přeložte.
5. Tvarování a finální kynutí: vytvarujte bochník a nechte kynout 3-4 hodiny při pokojové teplotě nebo přes noc v lednici.
6. Pečení: bochník před vložením do trouby nařízněte. Pečte v předehřáté nádobě s poklicí asi 45 minut při 240 °C, poté odkryté ještě zhruba 15 minut při 220 °C dozlatova.

Poznámka: Časy i množství jsou orientační a vycházejí z dodané anglické příručky. Reálné výsledky ovlivňuje teplota, typ mouky i síla vašeho kvásku.