ΜΥΛΟΙ ΑΓΙΟΥ ΓΕΩΡΓΙΟΥ

Τα μυστικά της μαγιάς

Ο απόλυτος οδηγός για επιτυχημένες ζύμες!

Proudly developed by

LOULIS
Food Ingredients

Σκέφτεστε να ψήσετε ένα νόστιμο καρβέλι σπιτικό ψωμί, μια φρέσκια τραγανή πίτσα και διστάζετε γιατί δεν ξέρετε την σωστή τεχνική;

Σε αυτόν τον mini-οδηγό θα μάθετε όλα τα μυστικά για τις ζύμες.

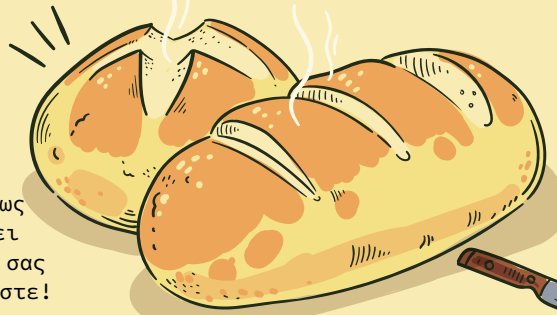
ΤΟ ΠΙΟ ΕΥΚΟΛΟ ΚΑΡΒΕΛΙ ΨΩΜΙ ΠΟΥ ΘΑ ΨΗΣΕΤΕ ΠΟΤΕ!
Αλεύρι, νερό, μαγιά, αλάτι και ελάχιστη ζάχαρη: αυτά είναι τα βασικά συστατικά για το τέλειο ψωμί. Το πιο εύκολο καρβέλι που θα ψήσετε ποτέ! Για σίγουρη επιτυχία, βρείτε τη βασική συνταγή για ψωμί εδώ: www.alevri.com/recipes/spitiko-psomi.

Τα βήματα της επιτυχίας:

1. Συγκεντρώστε και ζυγίστε τα υλικά σας

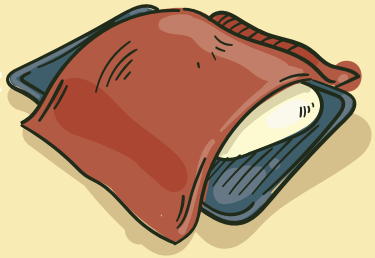
2. Ανακατέψτε όλα τα υλικά μαζί

3. Ζυμώστε με το χέρι ή χρησιμοποιώντας μίξερ, μέχρι να έχετε μια λεία ζύμη και να προλάβει να αναπτυχθεί η γλουτένη της



4. Μοιράστε τη ζύμη και σχηματίστε καρβέλια

5. Αφήστε να φουσκώσει περίπου 60-90 λεπτά, μέχρι να διπλασιαστεί σε όγκο η ζύμη



6. Ψήστε όπως αναγράφει η συνταγή σας και απολαύστε!

Βασικά συστατικά

ΜΑΓΙΑ

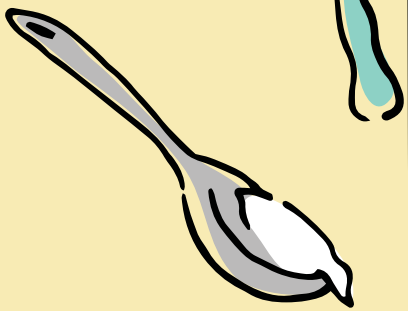
Η μαγιά είναι άμεσα διαθέσιμη σε όλα τα σούπερ μάρκετ σε δύο μορφές, ξηρή και φρέσκια. Η ξηρή μαγιά των Μύλων Αγίου Γεωργίου, δεν χρειάζεται διάλυση στο νερό και μπορεί να χρησιμοποιηθεί απευθείας στο αλεύρι. Συνήθως η αναλογία ξηρής με νωπή μαγιά είναι 1:3.

ΑΛΕΥΡΙ

Η χρήση ενός ποιοτικού αλεύρου είναι το κλειδί για την επιτυχία του ψωμιού σας! Για κλασικό χωριάτικο ψωμί, επιλέξτε το κλασικό & αγαπημένο Αλεύρι Για Όλες τις Χρήσεις, το αλεύρι σκληρού σίτου των Μύλων Αγίου Γεωργίου Ζυμωτό ή το Σκληρό αλεύρι No1, ενώ για πιο ιδιαίτερα ψωμιά με υψηλή διατροφική αξία, επιλέξτε αλεύρι Ολικής Αλέσεως, από Δίκκοκο σιτάρι ή Ντίνκελ. Στο www.alevri.com μπορείτε να βρείτε όλους τους συνδυασμούς για κλασικά ή και πιο ιδιαίτερα ψωμιά!

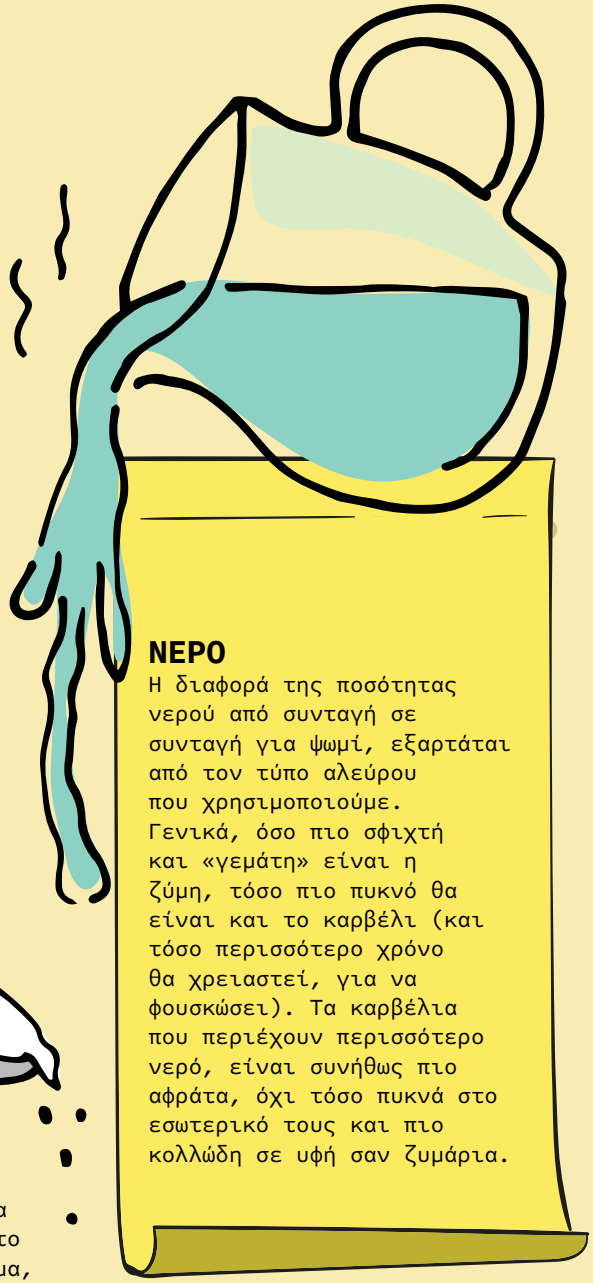
ΑΛΑΤΙ

Το αλάτι στο ψωμί, όχι μόνο δίνει γεύση, αλλά είναι απαραίτητο στις συνταγές γιατί κάνει το ζυμάρι πιο ευκολοδούλευτο αφού βελτιώνει την ελαστικότητά του.
Εάν, από την άλλη πλευρά, χρησιμοποιηθεί πολύ αλάτι, η ζύμη δεν θα φουσκώσει σωστά κατά το ψήσιμο και το ψωμί θα παραμείνει χαμηλό σε διόγκωση και συμπαγές. Το αλάτι ενισχύει τη γεύση του ψωμιού (ειδικά όταν ζυμώνουμε σε μίξερ και όχι στο χέρι) και το χρώμα της κόρας. Χωρίς αυτό, το ψωμί ή η πίτσα σας θα έχουν επίπεδη και άνοστη γεύση και δεν θα ροδίσουν καλά.



ΖΑΧΑΡΗ

Η ζάχαρη βοηθάει την μαγιά να ενεργοποιηθεί πιο γρήγορα και να φουσκώσει η ζύμη με σίγουρα επιτυχία. Επιπλέον, βοηθάει στο να αποκτήσει η ζύμη σωστό χρώμα, γεύση και άρωμα.



ΝΕΡΟ

Η διαφορά της ποσότητας νερού από συνταγή σε συνταγή για ψωμί, εξαρτάται από τον τύπο αλεύρου που χρησιμοποιούμε. Γενικά, όσο πιο σφιχτή και «γεμάτη» είναι η ζύμη, τόσο πιο πυκνό θα είναι και το καρβέλι (και τόσο περισσότερο χρόνο θα χρειαστεί, για να φουσκώσει). Τα καρβέλια που περιέχουν περισσότερο νερό, είναι συνήθως πιο αφράτα, όχι τόσο πυκνά στο εσωτερικό τους και πιο κολλώδη σε υφή σαν ζυμάρια.

Το ζύμωμα

Μόλις εξοικειωθείτε με τη μαγιά και τον τρόπο λειτουργίας της, έρχεται η ώρα να βελτιώσετε την τεχνική σας. Τα περισσότερα ψημένα προϊόντα που χρησιμοποιούν μαγιά, απαιτούν ζύμωμα πριν από τη διαμόρφωση της ζύμης και το ψήσιμο. Το ζύμωμα αναπτύσσει τη γλουτένη της ζύμης, ενδυναμώνοντάς την έτσι ώστε να είναι σε θέση να κρατήσει τον αέρα που δημιουργείται από τη μαγιά, κάνοντας τη ζύμη να φουσκώσει. Μετά το ζύμωμα, η ζύμη είναι έτοιμη να φουσκώσει: οι επαγγελματίες αποκαλούν αυτό το βήμα «ζύμωση». Ο αέρας που εκπέμπεται από την ζύμωση της μαγιάς, θα παγιδεύσει στη ζύμη τον απαραίτητο αέρα και θα προκαλέσει την αύξηση του όγκου της ζύμης.
Υπάρχουν διάφοροι τρόποι με τους οποίους μπορείτε να ζυμώσετε το ψωμί σας:

ΜΙΞΕΡ ΠΑΓΚΟΥ

Εάν έχετε μίξερ αναμίξτε τα συστατικά της ζύμης με τον αναδευτήρα και στη συνέχεια ζυμώστε τη ζύμη με τον γάντζο.

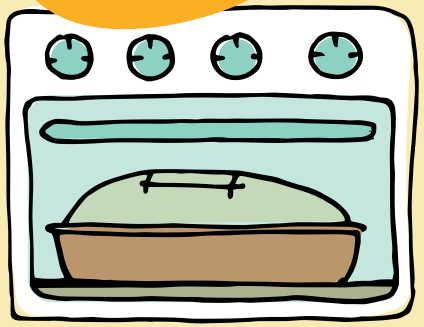
ΜΕ ΤΟ ΧΕΡΙ

Τα χέρια σας είναι ένα εξαιρετικό εργαλείο για το ζύμωμα. Οι αρτοποιοί ζυμώνουν ζύμη με το χέρι εδώ και αιώνες.

ΑΡΤΟΠΑΡΑΣΚΕΥΑΣΤΗΣ

Εάν έχετε αρτοπαρασκευαστή τοποθετήστε τα υλικά στον κάδο και καθώς αναμιγνύει, ζυμώνει τη ζύμη και στη συνέχεια παρέχει ένα ζεστό περιβάλλον διόγκωσης.

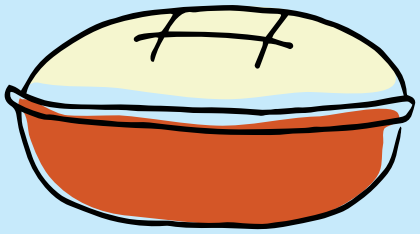
Η διαμόρφωση και το ψήσιμο



Η κάθε συνταγή αναγράφει πώς να διαιρέσετε και να διαμορφώσετε τη ζύμη και πόσο θα την αφήσετε να φουσκώσει πριν από το ψήσιμο. Το τελευταίο βήμα, το ψήσιμο, μεταμορφώνει τη μαλακή, εύπλαστη ζύμη σε ένα καρβέλι ψωμί! Η ρύθμιση της θερμοκρασίας του φούρνου και του χρόνου ψησίματος μπορεί να αποφέρει διαφορετικά αποτελέσματα στο ψωμί σας, ιδιαίτερα στην κρούστα του. Ενώ τα συστατικά του ψωμιού επηρεάζουν την κρούστα του σε κάποιο βαθμό, το ψήσιμο είναι αναμφισβήτητα ο μεγαλύτερος παράγοντας για το αν το ψωμί σας είναι τραγανό ή μαλακό και αφράτο.

Το φούσκωμα

Μόλις ζυμωθεί καλά η ζύμη σας, μεταφέρετέ την σε ένα ελαφρώς λαδωμένο μπολ ή άλλο δοχείο. Η ζύμη σας πιθανότατα θα διπλασιαστεί σε μέγεθος καθώς φουσκώνει, οπότε φροντίστε να χρησιμοποιήσετε ένα αρκετά μεγάλο σκεύος. Για να προσδιορίσετε ακριβώς πότε η ζύμη σας έχει διπλασιαστεί σε μέγεθος, επιλέξτε ένα δοχείο με σημειωμένες μετρήσεις.



ΓΙΑ ΤΡΑΓΑΝΟ ΨΩΜΙ

ψήστε σε υψηλότερη θερμοκρασία (200°C ή παραπάνω) και προσθέστε ατμό στο φούρνο σας. Επίσης, μπορείτε να πασπαλίσετε το ψωμί πριν το ψήσιμο με λίγο σιμιγδάλι ψιλό.

ΓΙΑ ΜΑΛΑΚΟ ΨΩΜΙ ΚΑΙ ΓΛΥΚΑ ΨΩΜΑΚΙΑ

ψήστε για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα σε χαμηλότερη θερμοκρασία. Για επιπλέον γεύση και ακόμα πιο απαλή κρούστα, αλείφουμε το ψωμί με λιωμένο βούτυρο όταν το βγάλουμε από το φούρνο.

ΓΙΑ ΠΙΤΣΑ

ψήστε σε δυνατό φούρνο (τουλάχιστον 200°C), τις λεπτές ζύμες για 8-10 λεπτά, ενώ τις πιο αφράτες ζύμες για περίπου 15 λεπτά.

ψωμί γάστρας

Tips

- **Η μεμβράνη είναι ο καλύτερος φίλος του ψωμιού.** Απλά στερεώστε ένα κομμάτι μεμβράνης γύρω από το χείλος του μπολ σας για να δημιουργήσετε έναν ψηλό, κλειστό χώρο για την διόγκωση της ζύμης.

- Για καλύτερα αποτελέσματα, ζυγίστε προσεκτικά το αλεύρι! Το πολύ αλεύρι κάνει το ψωμί ξηρό και συμπαγές.

- **Χρησιμοποιήστε χλιαρό νερό** σε ζύμες μαγιάς, περίπου 37°C έως 40°. Εάν η θερμοκρασία του χώρου στην κουζίνα σας είναι εξαιρετικά υψηλή, χρησιμοποιήστε πιο δροσερό νερό, ενώ εάν είναι χαμηλότερη, χρησιμοποιήστε ελαφρώς θερμότερο νερό.

- **Το σωστά ψημένο ψωμί** έχει έναν υπόκωφο ήχο όταν το χτυπάς από την κάτω πλευρά.

- Μια μέθοδος για όσους έχετε λιγότερη εμπειρία στο να καταλάβετε εάν είναι έτοιμο το ψωμί σας, είναι η **μέτρηση της εσωτερικής θερμοκρασίας** του ψωμιού με ένα ψηφιακό θερμόμετρο. Τα λευκά ψωμιά είναι έτοιμα όταν έχουν περίπου 96-98°C θερμοκρασία. Τα πυκνότερα ή πιο συμπαγή καρβέλια ολικής αλέσεως είναι έτοιμα όταν η θερμοκρασία στο κέντρο τους καταγράφει περίπου 98°C.

- **Η νωπή μαγιά αποθηκεύεται καλύτερα στην κατάψυξη!** Τοποθετήστε τη προς τα πίσω, όπου το συχνό άνοιγμα και το κλείσιμο της πόρτας του καταψύκτη δεν θα την επηρεάσει. Η νωπή μαγιά μπορεί να διατηρηθεί με ασφάλεια στην κατάψυξη έως και ένα χρόνο. Η κατεψυγμένη μαγιά δεν χρειάζεται να αποψυχθεί πριν από τη χρήση. Απλά αφαιρέστε τη από την κατάψυξη, ζυγίστε και αρχίστε να ανακατεύετε.

Και αφού μάθατε όλα τα μυστικά για τις τέλειες ζύμες, ώρα να τα εφαρμόσετε στις πιο νόστιμες συνταγές μας για ψωμί:
Σπιτικό ψωμί | Ψωμί με συνδυασμό 3 αλεύρων | Ψωμί γάστρας

ΜΥΛΟΙ ΑΓΙΟΥ ΓΕΩΡΓΙΟΥ

Για περισσότερες λαχταριστές συνταγές επισκεφθείτε μας στο **www.alevri.com**

Proudly developed by

LOULIS
Food Ingredients