L2 Struktura

Jak przygotować zakwas na chleb

Zakwas to mieszanka mąki i wody, w której żyją dzikie drożdże i bakterie kwasu mlekowego. Dzięki nim chleb rośnie powoli, ma wyraźny smak i dłużej zostaje świeży. Dawniej każda gospodyni miała własny zakwas i pilnowała go jak skarbu.

Na początek wystarczy słoik, łyżka i mąka żytnia typu 2000. Woda powinna być letnia, a słoik czysty, ale nie musi być wyparzany. Słoik przykrywa się luźno ściereczką, żeby mieszanka mogła oddychać.

Przez pierwsze dni mieszankę dokarmia się raz na dobę, zawsze o podobnej porze. Po kilku dniach na powierzchni pojawiają się pęcherzyki, a zapach staje się lekko kwaśny. W chłodnej kuchni trwa to dłużej, w ciepłej krócej.

Gotowy zakwas podwaja objętość w ciągu kilku godzin od dokarmienia. Wtedy można go użyć do pierwszego wypieku, a resztę przechować w lodówce. Raz w tygodniu trzeba go wyjąć i dokarmić, żeby nie osłabł.

- słoik o pojemności około litra
- mąka żytnia razowa
- letnia, przegotowana woda

Dzień	Mąka	Woda
1	50 g	50 ml
2	50 g	50 ml

```
dzien = 1
while dzien <= 5:
    dokarm(maka=50, woda=50)
    czekaj(godzin=24)
    dzien += 1
```

> Cierpliwość jest najważniejszym składnikiem każdego chleba na zakwasie.

Uwaga: zakwas, który pachnie zgniłym jajkiem albo ma różowy nalot, trzeba wyrzucić i zacząć od nowa w czystym słoiku.

Revision #1
Created 2026-11-02 21:22:26 UTC by Tomasz Konieczny
Updated 2026-11-02 21:22:26 UTC by Tomasz Konieczny