

# Хлебом едины

## ЕДА С ЕЛЕНОЙ ЧЕКАЛОВОЙ

**ВСЕ-ТАКИ** сколько бы ни говорили о каком-то нашем особом пути, мы, русские, — северные европейцы. Это видно даже по хлебным пристрастиям. Ведь нам ржаная корочка милее белой булки. В этом мы точно разделяем вкусы эстонцев, вестфальских немцев и скандинавов. А вот южане нас в этом вряд ли поймут. Помните, у Пушкина в «Путешествии в Арзрум»: «На половине дороги, в армянской деревне, выстроенной в горах на берегу речки, вместо обеда съел я проклятый чюрек, армянский хлеб, испеченный в виде лепешки пополам с золою, о котором так тужили турецкие пленники в Дариальском ущелии. Дорого бы я дал за кусок русского черного хлеба, который был им так противен». И у меня ржаной хлеб — главное, наверное, по чему я скучаю в южных и азиатских странах. Но и в Москве теперь не просто купить настоящий, цельнозерновой, ржаной хлеб. Я сама впервые попробовала его в Германии довольно давно, когда совершенно ничего не знала о неочищенных ржаных зернах и их достоинствах. Это был знаменитый вестфальский пумперникель. Уже гораздо позже я узнала, что в Вестфалии до сих пор работает пекарня, открытая в 1570 году — там умеют печь этот хлеб по старинному рецепту: из ржаной муки грубого помола и целых зерен ржи, без дрожжей, только на ржаной закваске. Готовится пумперникель просто, но очень долго. Зерна сначала на ночь замачивают в горячей воде, затем пекут в закрытой форме, после чего еще почти сутки томят в постепенно остывающей печи. Несколько лет спустя черный хлеб поразил меня в Эстонии — он был с неожиданными добавками. Оказывается, рожь прекрасно сочетается не только с семечками, но и с сухими ягодами, с черникой, с ежевикой, брусникой, клюквой и даже моршшкой — все эти шершавые неровные темные буханки с почти несладкими, но очень ароматными северными ягодами выражают суть суровой и очень честной кухни. Главный же мой прорыв в понимании «черняшки» случился в Дании. В гастробабе Relae, который считается едва ли не самым авангардным в Копенгагене, я попробовала вначале хрустящие ржаные хлебцы с тыквенными семечками, а потом знаменитый пивной хлеб — вот уж поистине характер нордический, стойкий. В прямом смысле слова: даже зачерствав, он остается вкусным и ароматным. Ollebrod — так он называется по-датски — просто свел с ума всю нашу семью. Готовят его чаще на душистом темном пиве. Какой гений его придумал? Выдающийся калифорнийский пекарь и преподаватель науки хлебопечения Питер Рейнхарт считает, что это были египтяне. Ведь пиво и хлеб появились более или менее одновременно. Пиво — практически жидкий хлеб, а хлеб — твердое пиво. И пивовары тоже знают, как пробуждать вкус зерна с помощью проращивания, добавления солода и обжаривания. Датский ollebrod делают из смеси цельнозерновой пшеничной и цельнозерновой ржаной муки, но когда он печется в духовке, весь дом наполняется — не пивным, нет, а очень концентрированным хлебным, ржаным ароматом. Рожь, пшеница + темное пиво = ржаной хлеб в квадрате!

### Пивной хлеб

- 1 **темное пиво (1,75 стакана)**
- 2 **цельнозерновая ржаная мука (2,5 стакана)**
- 3 **цельнозерновая пшеничная мука (2 стакана или чуть больше)**
- 4 **патока или мед (2 ст. ложки)**
- 5 **сухие дрожжи (2 ч. ложки)**
- 6 **соль (2 ч. ложки)**
- 7 **ТМИН (1 ст. ложка)**

А секрет датского пивного хлеба вот в чем: в пиве есть солод — это пророщенные, размолотые и ферментированные зерна ржи или ячменя. Получается препарат, содержащий преимущественно амилазу — фермент, расщепляющий нерастворимый крахмал. При этом высвобождается растворимый сахар, который могут использовать для брожения бактерии и дрожжи. Для тяжелого ржаного теста это особенно важно: повышается способность крахмала и клейковины к поглощению воды. Пивной хлеб можно готовить на любом пиве, в том числе и светлом. Но аромат и вкус каждый раз будет отличаться. Хлеб на пиве Grolsch иной, чем хлеб на «Гиннесе», который лично мне понравился больше всего. Делать волшебный вкусный ollebrod просто, но нужно внимательно отнестись ко всем этапам его приготовления. Вначале смешайте пиво и мед — нагрейте их до температуры чуть выше комнатной. Растворите дрожжи в трети стакана очень теплой (43°C) воды и дайте постоять две-три минуты. Затем добавьте соль, соедините с пивной смесью и вылейте в миксер с насадкой «лопатка». Всыпьте всю ржаную муку, включите миксер на небольшую скорость и хорошо размешайте. Добавьте половину пшеничной муки и еще раз размешайте. Поменяйте насадку на «крюк» и добавляйте оставшуюся муку, размешивая, и понемногу — ровно столько, сколько потребуется, чтобы тесто хорошо отлипало от стенок. Переложите тесто на поверхность, посыпанную мукой, и вымешивайте вручную две-три минуты. Закройте полотенцем и оставьте подниматься на три часа в теплом месте без сквозняков. Этот «отдых» — очень важный этап в приготовлении любого хлеба, тем более с цельнозерновой ржаной мукой. Ведь в ней есть отруби, много клетчатки — все это самые здоровые, но не самые вкусные части зерна. Только в результате долгой ферментации цельнозерновая мука в полной мере выпустит сахар, который даст пищу дрожжам, и получится тесто, которое хорошо тянется, и отличный корж, нежный внутри и золотистый, хрустящий снаружи. После расстаивания сформируйте одну большую круглую буханку или две небольших, перенесите их на противень, накройте и



**ЕСЛИ СТУКНУТЬ ПО КОРОЧКЕ ЛОЖКОЙ — ДОЛЖЕН БЫТЬ СЛЫШЕН ГЛУХОЙ ЗВУК**

оставьте еще на час-полтора. Разогрейте духовку до 220°C. Смажьте хлеб молоком или водой и посыпьте тмином. Поставьте хлеб в духовку и пеките 10 минут. Уменьшите температуру до 160°C и пеките еще 50 минут, если у вас одна большая буханка, и 35 минут, если две небольших. Корочка должна хорошо зарумяниться и подсохнуть. Если стукнуть по ней ложкой — должен быть слышен глухой звук. Выложите хлеб на решетку и полностью остудите. У пивного хлеба довольно плотная консистенция, поэтому его легко тонко нарезать, и он очень хорош в тостах и различных сэндвичах с богатыми начинками, особенно солоноватыми.

Когда я теперь кому-то рассказываю, что мы дома едим собственноручно испеченный цельнозерновой ржаной хлеб, люди качают головой: мол, как же правильно вы питаетесь! Но, поверьте, я люблю его вовсе не только потому, что он так полезен. Для меня это вкус самой жизни: натуральная текстура, живые краски, богатый аромат. Славу мировой гастрономической Мекки датская столица приобрела не столько за счет новых технологий типа готовки под вакуумом или молекулярных фокусов, а потому что предложила возвратиться к корням, в том числе и съедобным, древним злакам, которые испокон веков были основой нордической кухни. Или к настойкам из бузины. Я даже не могла себе представить, какая же эта самая бузина ароматная, какие волшебные из нее можно приготовить напитки и соусы, как и то, насколько креветки и рыба северных морей вкуснее средиземноморских. Шефы новой датской волны настаивают на уникальности северного терруара и действительно готовят невероятные гастрономические изыски из местных сезонных продуктов, которые раньше никому бы не пришло в голову пустить на порог модного ресторана. В минутах ходьбы от Relae историческое кладбище Копенгагена, где похоронен Ганс Христиан Андерсен — он первым увидел чудеса в обыденных вещах. Кстати, почти все датские специалитеты произрастают в России, но у нас почему-то на каждом углу продают багеты а-ля французские, а в рестораны самолетом доставляют средиземноморскую рыбу. Датчанам нас не понять. И не только в этом. 164 года назад в их стране рухнул абсолютизм, и все, включая членов королевской семьи, стали равны перед законом. С тех пор горячие датские парни доказывают миру, что могут быть и своя конституция, и своя рыба с хреном. Вот бы и нам вернуться к своим северо-европейским корням.

[chekalova.ru](http://chekalova.ru)