

CHAD ROBERTSON

TARTINE KENYÉR

A TÖKÉLETES KOVÁSZOS KENYÉR TITKA
A VILÁG LEGHÍRESEBB PÉKSÉGÉBŐL

Archernek és Elisabethnek





TARTALOM

Egy pék története 8

ELSŐ FEJEZET

A kovászos kenyér 41

MÁSODIK FEJEZET

Kenyerek durumlisztből és teljes kiőrlésű búzalisztből 109

HARMADIK FEJEZET

Bagett, briós, croissant 123

NEGYEDIK FEJEZET

Receptek többnapos kenyérből 175

Köszönetnyilvánítás 295

Tárgymutató 297

Mértékegységek 304

Egy pék története

A legnagyobb inspirációt számomra nem maga a kenyér, hanem bizonyos képek jelentették – képek egy olyan korból, amikor a kenyér még az étkezések és a mindennapi élet központi eleme volt. Az egyik ilyen festmény evezősöket ábrázol, akik egy folyóparti vendéglő asztalánál ülnek. Az asztal végénél egyikük épp az ebédhez vág vastag szeleteket egy hatalmas parasztkenyérből. A kép alig több mint egy évszázaddal ezelőtt készült – akkoriban egy munkás napi kenyéradagja nagyjából egy kiló volt, és a kenyér ebéidőben minden asztalon helyet kapott. Ez igazi, hamisítatlan, hagyományos kenyér volt, amin generációk nőttek fel. Ahhoz, hogy ráleljek erre a kenyérré, meg kellett tanulnom elkészíteni. Így kezdődött a kutatásom egy olyan régi kenyér után, aminek még „lelke” volt.

Az első pékségemet közel tizenöt éve, háromévnnyi „pékinaskodás” után nyitottam meg azzal a vízióval, hogy megalkossam a számomra ideális kenyeret: egy olyan típusú kenyeret, amelynél minden egyes cipó egyértelműen magán viseli a pék keze nyomát, ugyanakkor mindegyik egyedi; a vastag, sötétre és hólyagosra sült ropogós kéreg lágy, szaftos, nagy lyukú bélzetet rejt, ízében pedig a természetes fermentációnak köszönhető édeskés íz és a kovász visszafogott savanykássága elegyedik. Egy olyan kenyeret, amit élmény fogyasztani, és akár egy hétig is friss marad.

Jóllehet, a legjobb kézműves pékeknél tanulhattam, de azt egyikük sem tanította meg, hogyan készíthetem el álmaim kenyerét. Viszont az összes olyan eszközt a kezembe adták, amivel megvalósíthattam az elképzelésemet.

Az első mentoromtól azt tanultam, hogy a pékszakma egyszerre mesteriség és filozófia, amely az alapanyagok és azok kölcsönhatásának pontos ismeretén alapul. Ez a tudás azzal az ígérettel kecsegtetett, hogy szinte bármilyen kenyeret el tudok majd készíteni, amit elképzelek. „A tészta az tészta”, gyakran és szeretettel ismételte mesterem, utalva arra, hogy az összes kenyértészta szoros rokonságban áll egymással – még azok is, amelyek teljesen különbözőnek tűnnek.

Többévnnyi gyakornokoskodás után végül ráébredtem, hogy a célomat sosem fogom elérni más „gyámkodása” alatt. Huszonhárom éves voltam, amikor Elizabeth-szel (aki ma már a feleségem) San Franciscótól északra, a Tomales Bay-i partszakasz közelében megépítettük az első kis pékműhelyünket. A „pékműhely” tökéletesen találó név volt erre a kis manufaktúrára, ahol a következő hat évet kemény munkával töltöttem. A falba egy lyukat vágtunk, kívül pedig építettünk egy fatüzelésű kemencét, arccal a helyiség felé. A műhely nagyjából kétlépésnyire volt az otthonunktól, így tulajdonképpen amolyan házi pék voltam, aki történetesen egy nagy kemencével rendelkezik. Itt éveken át napi több száz kenyeret dagasztottam és sütöttem meg egyfajta magányos kenyérsütő révületben. Volt tehát egy fatüzelésű kemencém, dagasztógépem viszont nem. Napi majdnem 140 kg tésztát csak úgy tudtam kézzel bedagasztani,





ha lágyabb tésztát használtam, ezért a liszthez több vizet adtam. Magas hidratáltságú kenyértésztával már az első tanulóhelyemen is dolgoztam, ezért ez ismerős terület volt. A kemencét egész nap fűtöttem, közben pedig tésztát dagasztottam, formáztam és kelesztettem. A tészta pár órával a formázás után sütésre készen állt, a kenyereket éjjel sütöttem. Hónapokig szinte alig aludtam valamit, ezért egy idő után módszert váltottam. Este kinyitottam az ablakot, a beáramló hűvös levegőtől a tészta lehűlt, és sokkal lassabban kelt meg, így ráértem reggel megsütni a kenyeret.

Már elég közel jártam a tökéletes cipóhoz, de a hosszú kelesztés miatt a kenyereim olykor savanyúbbak lettek, mint azt szerettem volna. Ezért a kovászt fiatalabb, lágyabb ízű fázisában kezdtem el használni, így hamarosan sikerült elérnem azt az ízkomplexitást, amit kerestem. Ezután végre felhagyhattam az „éjszakai bagoly” életmóddal. Az egyetlen probléma az új ütemezéssel az volt, hogy a kenyereket napközben kellett megsütnöm, és délután eladnom. Így is tettem; a vásárlóim pedig abban az élményben részesültek, hogy friss és még meleg kenyeret ehettek vacsorára. Miután tíz évig egyedül dolgoztam, végre felvettem az első péktanoncokat. Az életemnek közel a felét a kenyérnek szenteltem. A kenyérbénelés egyfajta csendes meditációs tevékenység volt számomra, és ez nekem így tökéletesen megfelelt. Egy váratlan „üzleti ajánlat” kellett ahhoz, hogy ez megváltozzon.

Eric Wolfinger 2005-ben kezdett el dolgozni a Tartine pékségben, mindenféle tapasztalat nélkül. Szakácsnak tanult, és úgy döntött, a pékszakmában is kipróbálja magát. Eric dél-kaliforniai szörfös srác volt, és azonnal feltűnt neki, hogy az időbeosztásom kifejezetten ideális szörfözéshez: a műszakot délben kezdtem, és kora este végeztem. Egy barterjavaslattal állt elő. Felajánlotta, hogy megtanít szörfözni, cserébe én pedig megtanítom őt kenyeret sütni. Nem tudtam ellenállni a rámenősségének, és elfogadtam az ajánlatát. Hónapok és évek teltek el a közös tanulással: reggelente szörföztünk, délutánonként kenyeret sütöttünk.

Idővel sikerült egyre jobban megfogalmaznom a gondolataimat, és saját magam számára is újradefiniáltam a kenyérsütés mesterségének mibenlétét. Az elképzelésünk Erickel az volt, hogy a beszélgetéseinkből egy olyan közérthető szakmai útmutatót készítsünk, ami a házi pékek számára is követhető.

Az intuitív vagy tapasztalati tudást meglehetősen nehéz szavakba önteni és recept formájában visszaadni. A régi pékek, megfigyeléseiknek köszönhetően, mikrobiológiai ismeretek híján is tisztában voltak a kenyérbénelés folyamatának apró finomságaival. A fermentáció tudománya szinte a természetes részükké vált – a fermentáció ritmusát a saját életritmusuk tükrében vizsgálták és értették.

Szükségszerűen ugyanez a helyzet a mai kézműves pékeknel is. A kiindulópont az anyakovász és az aktív kovász – minden e kettőre épül és vezethető vissza, a fermentációban történő felhasználásuk mikéntje pedig nagymértékben befolyásolja a végeredményt. Régebben – és ez ma sincs másként a kenyér-



készítés legfontosabb aspektusa a fermentáció különböző fázisainak a tudatos „irányítása” volt – és a pékek tudták is, milyen jelekre kell figyelniük.

Abban biztos voltam, hogy a vizualitás fontos részét képezi majd a könyvnek, és nem volt kétségem afelől sem, hogy a munkánkat Ericnek kell dokumentálnia. Tapasztalata, a pékségben eltöltött ideje és a fotózás iránti rajongása miatt egyértelműen ő volt a legalkalmasabb erre a feladatra.

Amikor elkezdtem leírni, hogyan készül a kovászos kenyér, rögtön tudtam, hogy a módszeremet egy olyan, követhető folyamattá kell lefordítani majd, amivel egy átlagos háztartásban is hasonló eredményt lehet elérni. Eric évek óta sütött kenyeret otthon egy öntöttvas lábosban, kiváló eredménnyel. Azt javasolta, hogy vonjunk be pár tesztelőt, mindegyiküknek küldjünk egy öntöttvas lábost, és indítsunk egy magánblogot, ahol párbeszédet folytathatunk velük, és ahol megoszthatják az otthon sült kenyeréről készült fotókat, válaszolhatunk a kérdéseikre, és további instrukciókat adhatunk nekik.

Eleinte csak arra számítottam, hogy ez majd egy hasznos haladási/értékelési napló lesz, mivel az eredeti szándékunk az volt, hogy amint kész vagyunk egy recepttel, egyből kiposztoljuk a blogra tesztelésre. De már az első héten két dologra lettünk figyelmesek: egyfelől nem volt elég időnk arra, hogy megfelelően működtessük az interaktív blogot, másrészt a tesztelők egy része már elsőre olyan kenyeret sült, mintha mi készítettük volna. Bár egyikre sem számítottunk, az utóbbi igazán váratlan felismerésként hatott ránk. Sőt valójában az első fejezetben látható, gyönyörűen megsült cipó is az egyik tesztelőnk kenyere volt.

Azokkal a tesztelőkkal, akik továbbra is rendszeresen sütöttek, tartottuk a kapcsolatot, és ha kérdésük volt, válaszoltunk rá. Többen saját időbeosztást és ütemezést alakítottak ki, változtattak a fermentációs és kelesztési időkön és a sütési hőmérsékleten, hogy a projekt illeszkedjen az életükhöz. Némelyikük kenyere közel állt az eredeti mintához, mások eltérő, de hasonlóan finom cipókat sütöttek.

Pontosan ebben bízunk, és pontosan ezért döntöttünk úgy, hogy néhány tesztelő profilját is szerepeltetni fogjuk a könyvben. Bemutatásuknál (lásd 80. oldal) az ő életüket és tapasztalataikat mesélem el, illetve azt, miként adaptálták a módszerünket, és sütötték meg saját, egyedi kenyerüket.

A Tartine kenyér egy sor, lazán egymásra épülő technológia halmaza, amiket a kovászos kenyér alapreceptjében mutatunk be, és ez adja a könyv többi receptjének is az alapját. Ahogy egyre inkább megértjük, miként „működik” a kenyér, úgy tudunk majd egyre inkább alakítani az „alapképletet”, és egyre többféle kenyeret készíteni. Akármilyen irányba is visszük az alapkonceptiót, a cél mindig ugyanaz: jó ízű, ropogós héjú és lágy, szaftos bélzetű kenyeret sütni.

Elsőként azt mutatjuk meg, hogyan nevelhetünk kovászt, majd azt, miként készíthetjük el a Tartine kovászos kenyerét a saját konyhánkban. Mivel én vizuális



típus vagyok, azt akartam, hogy a folyamatot minél több és részletesebb fotóval illusztráljuk. Jacques Pepin *La Technique* (A technika) és *La Méthode* (A módszer) című könyvei hatalmas inspirációt nyújtottak. Egy szakma elsajátítása legalább annyira szól a másolásról, mint a megértésről, és legalább annyira vizuális folyamat, mint amennyire intellektuális. Tanulóként azt figyeltem, hogyan készítik a kenyeret a pékek, aztán feltakarítottam utánuk. Egy idő után aztán már a tészta-hoz is odaengedtek. Az olvasók most mindkettőben részesülhetnek.

Eleinte még eljátszottunk a gondolattal, hogy a könyvet egy élesztős kenyér-recepttel indítjuk, így bátorítva azokat, akiket esetleg megrémítene, hogy egyből vadkovással kell kezdeni a folyamatot. Úgy kalkuláltunk, hogy ha az élesztős tésztát lassan és hosszasan kelesztjük, elég jó kenyeret fogunk kapni (ami sikerélményt nyújt), és utána bátrabban állnak majd neki az olvasók a kovászos kenyér elkészítésének. Egy hosszan fermentált élesztős kenyér és egy kovászos kenyér elkészítése közti időbeli eltérés szinte elhanyagolható. A minőségbeli különbség azonban hatalmas. Az élesztős kenyér minden olyan tulajdonságnak híján volt, amit a kovászos kenyérben szeretünk: hiányzott belőle a mély, komplex íz, továbbá állagában és eltarthatóságában sem hozta azt, mint a kovászos kenyérünk.

Ez a könyv (ahogy pékségünk is) elkötelezett kovászpárti. Én a fiatal, édeskés, élesztősebb aromájú kovászt preferálom az érettebb, savanyúbb, ecetesebb illatúval szemben. Ha csak lisztből, vízből és sóból szándékozunk kenyeret készíteni, elengedhetetlen, hogy megtanuljunk, miként irányíthatjuk a fermentációt. Az elgondolás semmiképp sem nevezhető előzmény nélkülinek.

Az 1930-as évekig a francia pékek természetes kovással készítették a kenyeret, brióst és croissant-t. Ám a sütőélesztő megjelenésével a kovász használatának tudománya fokozatosan a háttérbe szorult. Győzött a kényelmesség és a praktikum, aminek a jó ízek is áldozatul estek. Ezzel a váltással a hagyományos péktudás és szakma alappillére szinte teljesen elveszett. Kóstoljunk csak meg egy kovással készített brióst, és hasonlítsuk össze egy élesztős változattal. Az ízben, eltarthatóságban és sokoldalú felhasználhatóságban megmutatkozó előnyök egyértelműen igazolják, hogy megéri a kovász felnevelésére és gondozására időt szánni.

A könyv a kovászos kenyér alapreceptjével indul, és erre épül az összes rá következő recept. A receptek mindegyike 1 kg lisztet ír, így könnyen össze tudjuk hasonlítani az eltérő anyaghányadokat, valamint azt, hogy a gyakorlatban ezek milyen hatással vannak a különböző kenyérfajtákra. A fermentációs és kelesztési idők, anyaghányadok és formázás apróbb módosításaival jutunk el a kovászos kenyértől a pizzán át a bagettig, briósig, croissant-ig és az angol muffinig, ami ékesen bizonyítja, milyen sokoldalúan adaptálható az alaprecept. Minden recept erre épül, és mindegyik erre vezethető vissza. Kötetünk egy olyan „útikönyv” pékek számára, amelynek segítségével mindenki elérheti a célját.