

POŠTNINA PLAČANA PRI POŠTI
8261 JESENICE NA DOLENJSKEM

PEKARSTVO IN MLINARSTVO

Prva slovenska strokovna revija za mlinarstvo in pekarstvo * Letnik 19 * Številka 115 * Ljubljana 2018

ISSN 1408-581X



PORT PAYE * TISKOVINA

Brabender®
RuVe Ru-Ve

Srečno 2019!

Slaščice | Gelato | Čokolada | Pekarstvo | Kava



Sigep

The sweetest
business
experience

19|23. 01. 2019
RIMINI Expo Centre
ITALY

40 Mednarodni Sejem
Sladoleda, Slaščičarstva,
Pekarstva in Kave

www.sigep.it



V SODELOVANJU Z:



POSEBNI DOGODKI:

PASTRY EVENTS

*Juniores Pastry World Cup
Italian Pastry Championships*

Partners



Da sempre a fianco del pasticcere.



Superarsi ogni giorno.

V ORGANIZACIJI:

**ITALIAN
EXHIBITION
GROUP**

Providing the future

Če bi želeli razstavljati ali poslovno obiskati SIGEP 2019 v Riminiju se obrnite na uradno predstavništvo IEG za področje Alpe-Jadran
MŽ Consulting & Fairs, Predstavništvo IEG za področje Alpe-Jadran - Grčarevec 8, 1370 Logatec, Slovenija
www.mz-consulting.org | info@mz-consulting.org | +386.1.7509490



Anton Bantan,
univ. dipl. inž.

Spoštovani!

Leto se končuje in z decembrsko številko tudi še eno leto izdavanja naše revije. Ponosni smo na naše delo in se ob tej priliki zahvaljujemo našim sodelavcem in vam dragi bralci, da nam sledite. Revijo smo malo polepšali, kar se spodobi za ta čas. Tokratno številko začenjamo s prispevkom naše kolegice Blanke Vombergar in sodelavca Stanka Voriha. Tako pravita: »Kulinarika in pestrost jedi je v času praznovanj vedno zelo trendi, klasiko pa zadnjih letih bogatijo ponudbo tudi novi trendi, klasiko pa preoblačimo tudi v novo in izvirnejšo ponudbo. Z mladimi prihajajo nove ideje, novi okusi, nova moda v ponudbi hrane tudi ob praznikih. Mladi se izmikajo klasični tradiciji, a vseeno jo na nek način radi ohranjajo.« Ajdove potice običajno za novo leto niso na slavnostno obloženi mizi, vendar pa bi bile za sladokusce nekaj novega. Avtorja sta pripravila kar nekaj predlogov sestave in novih okusov ajdovih potic. Če jih boste izdelali po njihovih navodilih, smo prepričani, da vam bo lepo uspelo.

Bonopan d.o.o. je zastopnik enega izmed največjih izdelovalcev kvasa na svetu. Skupina Lesaffre proizvaja svetovno znan kvas FALA za široko uporabo. Bonopan prav zato podpira njegovo uporabo in njihove uporabnike nagrajuje. O tem smo se lahko prepričali tudi letos, ko je v restavraciji DiVino nadvse prijetno dišalo po sveže pečenem kruhu. Že drugo leto zapored so na dogodku Naj Fala kruh, izbrali najboljši doma pečeni kruh. Letos so se te lovorike razveselili kar štirje prejemniki častnega naziva - najboljši v treh kategorijah po oceni strokovne žirije in četrti po oceni obiskovalcev. Tekmovanje pa je bilo le en del prijetnega druženja, saj je dogodek namenjen predvsem promociji peke kruha, ohranjanju in prenašanju tradicije na nove generacije in spletanju prijateljskih vezi med ljubitelji peke. Številko nadaljujemo s prispevkom avtorice Elizabeth Green o zniževanju sladkorja in natrija v pekovskih izdelkih. Njen članek govori o tem, kako zmanjšati količino sladkorja in natrija, vendar tako, da bi bili izdelki še naprej okusni in privlačni potrošnikom. Revijo končujemo s člankom o vsestranski uporabi kostanja in sposobnosti moke za vpijanje vode. Ob koncu tega leta vam iskreno želim vse dobro v naslednjem letu!

Vaš urednik
Anton Bantan

MLINARSTVO IN
PEKARSTVO

Kazala



06 POTICA - STARA SLOVENSKA UMETNINA

Pišejo: dr. Blanka Vombergar in Stanko Vorih, inž. IC Piramida Maribor, Višja strokovna šola

Kdo peče najboljši kruh?

12 ZNANI ZMAGOVALCI NATEČAJA NAJ FALA KRUH 2018

Besedilo: Neža Jus, vodja marketinga Bonopan d.o.o. Fotografije: arhiv Bonopan d.o.o.

Zniževanje sladkorja in natrija sta prioriteti pekarskih trendov (I)

14 OKUS PEKARSKIH IZDELKOV IN POTREB POTROŠNIKOV

Piše: Elisabeth Green

Vsestranska uporaba kostanja

18 KOSTANJEVI MAFINI V VAŠI PEKARNI

Pišejo: dr. Alenka Hmelak Gorenjak, univ. dipl. inž. i Marija Horvat, inž. prehrane, IC Piramida Maribor

Sposobnost moke za vpijanje vode kot pomemben pekovski parameter

22 KAJ JE SPOSOBNOST VPIJANJA VODE?

Piše: Hrvoje Runje RU-VE d.o.o.



ROČNO
IZDELAN

AJDOV Z OREHI

Pregrešno najboljši.

Žito kruh. Toplina in okus doma.

 **ŽITO**

 /Zito

www.kruh.zito.si

POTICA - STARA SLOVENSKA UMETNINA

Ajdova potica z jabolki

dr. Blanka Vombergar in Stanko Vorih, inž., Izobraževalni center Piramida MAribor, Višja strokovna šola

Potica je nekaj, brez česar praznik ni praznik in gospodinja ne čisto prava, če se ji v pečici ne žge, cedi, kipi in dehti ta stara slovenska umetnina

Če odraščáš med prazniki, v katerih odmevajo ženski stavki – A so luknje? JE Nadev pregest? A je lepa oblika? Boljši okus kot lani? – potem te že na začetku gospodinjske kariere čaka: potica. Zgodilo se je tudi meni. Ni jih bilo veliko, nekaj pa vseeno. Končni izkupiček je bil sicer klavrn in ponos bolj grenak, volja pa vsaj na začetku precej močna (Jaklič, T. Vse moje potice. Delo, petek, 23. 12. 2011).

POTICA JE NEKAJ, BREZ ČESAR PRAZNIK NI PRAZNIK

Potica je nekaj, brez česar praznik ni praznik in gospodinja ne čisto prava, če se ji v pečici ne žge, cedi, kipi in dehti ta stara slovenska umetnina (Jaklič, T. Vse moje potice. Delo, petek, 23. 12. 2011). Kulinarika in pestrost jedi je v času praznovanj ob veliki noči vedno zelo pisana in raznolika. V zadnjih letih bogatijo ponudbo tudi novi trendi, klasiko pa preoblačimo tudi v novo in izvirnejšo ponudbo. Z mladimi prihajajo nove ideje, novi okusi, nova moda v ponudbi hrane tudi ob praznikih. Mladi se izmikajo klasični tradiciji, a vseeno jo na nek način radi ohranjajo. Pa tudi starejši imajo velikokrat radi kaj novega, bodisi v obliki ali v sestavinah.

Kulinarika in pestrost jedi je v času praznovanj vedno zelo pisana in raznolika. V zadnjih letih bogatijo ponudbo tudi novi trendi, klasiko pa preoblačimo tudi v novo in izvirnejšo ponudbo. Z mladimi prihajajo nove ideje, novi okusi, nova moda v ponudbi hrane tudi ob praznikih. Mladi se izmikajo klasični tradiciji, a vseeno jo na nek način radi ohranjajo. Pa tudi starejši imajo velikokrat radi kaj novega, bodisi v obliki ali v sestavinah. Trendi v slašničarstvu se vsako leto spreminjajo. Kot moda. Morda potrošniki tega ne čutijo tako očitno, saj se »slašničarska moda« kroji le v strokovnih revijah v tujini, v Sloveniji pa še ni tako očitno zaznavna. Vedno pa se dogaja, da novitete temeljijo na klasičnih trendih in tradiciji. Tako lahko mirno zapišemo, da je nekaj tradicije in nekaj novih trendov vsako leto znova.



Tatarska in navadna ajdova moka

AJDOVIH POTIC ZAENKRAT NE MORETE KUPITI V TRGOVINAH

Ko se pričnejo dnevi krajšati in jesen počasi izgublja čar svojih lepote, se že pričnemo pripravljati na zimske praznike. Vstopanje v adventi čas in vsi dnevi tja do božiča in novega leta nas tako ali drugače popeljejo v poseben, čustveno obarvan čarobni čas leta, ki se počasi izteka. Vonj po medu, cimetu ter s tem povezanimi slastnimi dobrotami je pri tem skorajda nepogrešljiv. Na Izobraževalnem centru Piramida Maribor pripravljamo vsako leto praktične delavnice peke »novih in drugačnih« potic, lahko bi rekli tudi »inovativnih« potic. Delavnice so namenjene različnim ciljnim skupinam: kuharjem v hotelih, kuharjem v domovih starejših, kuharjem in organizatorjem prehrane v

šolah in vrtcih, študentom, otrokom v vrtcih in osnovnih šolah, gospodinjam in drugim. Tokrat predstavljamo kakšne ajdove potice so v zadnjih letih pripravljali študentje in študentke Živilstva in prehrane na Višji strokovni šoli na Izobraževalnem centru Piramida Maribor. Niso se posvečali tradiciji. Želeli so nove izzive, povezane s tradicijo. Ajdovih potic žal zaenkrat ne morete kupiti v trgovinah.

TATARSKA AJDOVA POTICA Z MAKOVIM NADEVOM IN JAGODIČEVJEM

Tatarsko ajdovo testo

250 g tatarske ajdove moke
250 g pšenične moke TIP 500
20 g kvasa
8 g soli



Valjanje čokoladnega ajdovega testa



Ajdovo testo, orehov nadev in čokolada



Proseni nadev in suhe marelice za potico



Čokoladno ajdova potica pred pečenjem

AJDOVE POTICE ZA PRAZNIKE IN VSAKDAN



Različno testo za potice v modelih

350 mL sladke smetane
60 g sladkorja
3 rumenjaki
50 g surovega masla
2 beljaka – sneg
2 vanilin sladkorja
1 žlica drobtin
70 g ribezove marmelade
50 mL ribezovega sirupa ali soka,
višnjevo žganje (kirsch)
maline, borovnice, robide (sveže ali
zmrznjene)
Ribezovo marmelado razredčimo z
ribezovim sokom in višnjevim žganjem,
primešamo sladko smetano, maslo,
sladkor, mak, in nekoliko pokuhamo, da
mak napne, odstavimo in umešamo
rumenjake. Nato dodamo arome. Ko se
masa nekoliko ohladi umešamo stepen
sneg. Pripravljen nadev namažemo po
razvaljanem testu, po razmazanem
nadevu potresemo sladke drobtine (po
potrebi). Testo zavijemo in položimo v
namaščen pekač in vzhajamo. Pred peko
potico premažemo in prebodemo. Čas
pečenja cca. 50 min., temp. 190 °C,
(vent.) 175 °C.

Vir: Vombergar, B., Kreft, I., Horvat, M.,
Vorih, S. 2018. Ajda/Buckwheat.
Ljubljana: ČZD Kmečki glas.

ČOKOLADNA AJDOVA POTICA S KOKOSOM

Ajdovo čokoladno testo

250 g ajdove moke



Čokoladna ajdova potica
pred pečenjem v pekaču

250 g pšenične moke TIP 500
30 g kvasa
8 g soli
50 g surovega masla



Čokoladna ajdova potica s kokosom, tatarska ajdova potica z makom

60 g rjavega sladkorja
25 g kakava v prahu
1 jajce
400 mL vode
limonina lupina
vanilin sladkor
Vodo zavremo in z njo poparimo ajdovo
moko, dobro premešamo in ohladimo.
Še mlačni moki primešamo belo moko,
v mlačni vodi raztopljen kvas,
raztopljeno maščobo, sol in ostale
sestavine. Počasi dodajamo tekočino in
zgnatemo srednje gosto testo. Pazimo na
količino dodane tekočine, kajti testo iz
ajdove moke je hitro premokro. Testo
vzhajamo. Ajdovo moko poparimo
zaradi arome, pa tudi škrob v moki se
potem bolje obnaša in pečeno testo se
ne drobi tako hitro.

Kokosov nadev

0,5 L sladke smetane (alpske)
200 g sladkorja
400 g kokosove moke
1 vanilin sladkor
3 rumenjaki
6 beljakov (sneg)
Smetano zavremo, dodamo kokosovo
moko, sladkor, na hitro umešamo
rumenjake, malo pokuhamo. Na koncu
še dodamo vanilin sladkor in sneg. Z
ohlajenim nadevom namažemo testo.
Testo zavijemo in položimo v namaščen
pekač in vzhajamo. Pred peko potico
premažemo in prebodemo. Čas pečenja
50 min., tem. 190 °C, (vent.) 175 °C.

Vir: Vombergar, B., Vorih, S. 2017. Potice
in pletenice. Gradivo za vaje pri
predmetu Prehrana z gastronomijo in
kulinariko. Izobraževalni center
Piramida Maribor, Višja strokovna šola.

TATARSKA AJDOVA POTICA Z OREHOVIM NADEVOM IN SUHIMI HRUŠKAMI

Surovine za ajdovo testo:

250 g tatarske ajdove moke
250 kg pšenične bele moke TIP 500
20 g kvasa
8 g soli
50 g surovega masla
60 g sladkorja
1 jajce (50 g)
250 mL mleka
limonina lupina
strok vanilje ali 1 zavitek vanilin
sladkorja (10 g)

Priprava:

Iz surovin zgnetemo gladko mehkejšo testo. Pustimo ga vzhajati 20 minut, nato ga razdelimo na dva dela in ponovno vzhajamo 15 minut. Testo razvaljamo v pravokotno obliko, namažemo z orehovim nadevom, posujemo z namočenimi hruškami v hruškovem žganju in tesno zvijemo ter odložimo v namaščen model. Potico vzhajamo 40 minut. Pred peko jo premažemo z mešanico jajca in vode in prebodemo. Pečemo 50 minut pri 180 °C.

Surovine za orehov nadev s suhimi hruškami:

400 g mletih orehov
100 g sladkorja
150 g sesekljanih suhih hrušk
10 g krušnih drobtin
100 mL mleka
1 jajce (50 g)
mleti cimet, vanilin sladkor, limonina lupina
viljamovka

Priprava:

Mlete orehe sladkamo, dodamo arome in prelijemo z vročim mlekom in premešamo. Po potrebi dodamo drobtine. Na koncu v maso umešamo jajce.
Vir: Vombergar, B., Kreft, I., Horvat, M., Vorih, S. 2018. Ajda/Buckwheat. Ljubljana: ČZD Kmečki glas.

AJDOVA POTICA Z JABOLČNIM NADEVOM

Surovine za ajdovo testo:

250 ajdove moke - navadna ajda (350 mL vrelega mleka - poparimo)



Ajdova potica z jabolki in suhimi slivami v modelu

250 g pšenične bele moke TIP 500
20 g kvasa
8 g soli
50 g surovega masla
50 g rjavega sladkorja
1 jajce (50 g)
mleko po potrebi
limonina lupina
1 zavitek vanilin sladkorja (10 g)
25 g kakava pri ajdovi potici s slivovim nadevom

Priprava:

Ajdovo moko prelijemo z vrelim mlekom, dodamo maslo, dobro premešamo in ohladimo. V pšenično moko naredimo jamico, vanjo nadrobimo kvas, prilijemo malo vode in premešamo, da se kvas raztopi. Ko kvasec naraste dodamo sol, sladkor, jajce, arome in ohlajeno ajdo. Zamesimo gladko mehkejšo testo. To po zamesu vzhaja 25 minut. Testo zvaljamo, namažemo z jabolčnim nadevom in potresemo z mletimi orehi ali drobtinami, da ni nadev premoker. Testo zvijemo, položimo v namaščen pekač in vzhajamo 30 – 40 minut. Pred peko testo premažemo z mešanico jajca in vode in testo večkrat prebodemo. Pečemo 55 - 60 minut pri 180 °C.

Sestavine za jabolčni nadev:

600 g kislih jabolk
150 g sladkorja
400 g surovega masla
50 - 100 g mletih orehov ali 50 g drobtin
sok pol limone
mleti cimet, vanilin sladkor, limonina lupina, rum

Priprava:

Jabolka olupimo, naribamo, sladkamo, dodamo surovo maslo, rum in limonin sok ter dušimo, da vsa tekočina izpari. Ohlajeni masi dodamo cimet, vanilin sladkor in limonino lupino ter premešamo.

Vir: Vombergar, B., Kreft, I., Horvat, M., Vorih, S. 2018. Ajda/Buckwheat. Ljubljana: ČZD Kmečki glas.

AJDOVA POTICA S SLIVOVIM NADEVOM

Surovine za ajdovo testo:

250 ajdove moke - navadna ajda (350 mL vrelega mleka - poparimo)
250 g pšenične bele moke TIP 500
20 g kvasa
8 g soli
50 g surovega masla
50 g rjavega sladkorja
1 jajce (50 g)
mleko po potrebi
limonina lupina
1 zavitek vanilin sladkorja (10 g)
25 g kakava pri ajdovi potici s slivovim nadevom

Priprava:

Ajdovo moko prelijemo z vrelim mlekom, dodamo maslo, dobro premešamo in ohladimo. V pšenično moko naredimo jamico, vanjo nadrobimo kvas, prilijemo malo vode in premešamo, da se kvas raztopi. Ko kvasec naraste dodamo sol, sladkor, jajce, arome in ohlajeno ajdo. Zamesimo gladko mehkejšo testo. To po zamesu vzhaja 25 minut. Testo zvaljamo,

AJDOVE POTICE ZA PRAZNIKE IN VSAKDAN

Tatarska ajdova potica z makovim ali orehovim nadevom



namažemo z jabolčnim nadevom in potresemo z mletimi orehi ali drobtinami, da ni nadev premoker. Testo zvije-mo, položimo v namaščen pekač in vzhajamo 30 – 40 minut. Pred peko testo premažemo z mešanico jajca in vode in testo večkrat prebodemo. Pečemo 55 - 60 minut pri 180 °C.

Sestavine za slivov nadev:

300 g suhih sliv
žganje ali rum
limonina lupina
cimet

Priprava:

Slive narežemo in namočimo v mešanico žganja in vode in namakamo nekaj ur. Morebitno odvečno tekočino

odlijemo in dodamo limonino lupino in cimet. Pred zavijanjem testa posujemo po nadevu drobtine, ki popijejo morebitno tekočino.

Vir: Vombergar, B., Kreft, I., Horvat, M., Vorih, S. 2018. Ajda/Buckwheat. Ljubljana: ČZD Kmečki glas.

AJDOVA POTICA Z OREHOVIM NADEVOM

Surovine:

Ajdovo testo
250 g ajdove moke
250 g pšenične moke T 500
30 g kvasa
8 g soli
50 g margarine

60 g sladkorja
1 jajce
0,2 L vode
limonina lupina
vanilin sladkor
Orehov nadev z rozinami
400 g mletih orehov
100 g rozin
130 g sladkorja
150 mL mleka
2 jajci
vanilin sladkor
limonina lupina
rum

Izdelava testa

Vodo zavremo in z njo poparimo ajdovo moko, dobro premešamo in ohladimo. Še mlačni moki primešamo belo moko, v mlačni vodi raztopljen kvas, raztopljeno maščobo sol in ostale sestavine. Počasi dodajamo tekočino in zgnetemo srednje gosto testo, pazimo na količino dodane tekočine. Testo vzhajamo. Ajdovo moko poparimo zaradi arome, pa tudi škrob v moki se potem bolje veže na belo moko in pečeno testo se ne drobi tako hitro.

Izdelava orehovega nadeva z rozinami

Mlačnemu mleku primešamo ¼ orehov, sladkor, v rumu namočene rozine, jajca, arome in dišave. Pripravljen nadev namažemo po razvaljanem testu, četrť suhih orehov pa potresemo po razmazanem nadevu (v primeru, da je



Študenti Višje živilske šole in njihove potice nekaj let nazaj

polnilo mehkejšo, sicer ga umešamo k nadevu). Testo zavijemo in položimo v namaščen pekač in vzhajamo. Pred peko potico premažemo in prebodemo. Čas pečenja 50 min., tem. 190 °C, (vent.) 175 °C.

Vir: Vombergar, B., Kreft, I., Horvat, M., Vorih, S. 2018. Ajda/Buckwheat. Ljubljana: ČZD Kmečki glas.

TATARSKA AJDOVA POTICA S PROSENI NADEVOM IN SUHIMI HRUŠKAMI

Surovine za ajdovo testo:

500 g tatarske ajdove moke
500 g pšenične bele moke
40 g kvasa
16 g soli
100 g surovega masla
120 g sladkorja
2 jajci
400 mL mleka
limonina lupina
20 g vanilin sladkorja

Priprava: Iz surovin zgnetemo gladko mehkejšo testo. Pustimo vzhajati 20 minut, nato ga razdelimo na dva dela in



Tatarska ajdova potica s prosenim nadevom in suhimi hruškami

ponovno vzhajamo 15 minut. Testo razvaljamo v pravokotno obliko, namažemo z orehovim nadevom, posujemo z namočenimi hruškami v hruškovem žganju in tesno zvijemo ter odložimo v namaščen model. Potico vzhajamo 40 minut. Pred peko jo premažemo z mešanico jajca in vode in prebodemo. Pečemo 50 minut pri 180 °C.

Proseni nadev

100 g prosene kaše
200 ml mleka
100 g sladkorja

50 g surovega masla
2 rumenjaka
50 ml sladke smetane
100 g suhih hrušk
vaniljev sladkor
mleti klinčki
Proseno kašo kuhamo na mleku in sladki smetani, dodamo na drobno narezane suhe hruške, maslo ter sladkor. Kuhamo toliko časa, da se masa zgosti. Ohlajeni masi umešamo rumenjak in dišave.

MIWE

Visoko kvalitetni produkti, kompetentno znanje in izkušnje obvladovanja pekovskega procesa, strokovno svetovanje in prvovrsten servis. Nemško podjetje MIWE je že 95 let vodilno v svoji panogi. Prepričajte se sami. MIWE »Preprosto peč«



Veseli božič in srečno novo leto!



Kombinirane enote

Široka paleta raznovrstnih peči Miwe vam omogoča, da si sestavite idealno kombinacijo, ki popolnoma ustreza vašim proizvodnim potrebam...

več informacij na:

www.miwe.si



MIWE econo

Idealno za polpečene produkte, za pecivo, rogljičke in podobne pekovske produkte. Ta pečica nudi razmerje med ceno in zmožnostmi, ki so najbolj ugodne za manjše proizvodnje in sprotno pečenje izdelkov.



MIWE electro

Ta električno ogrevana pečica vam omogoča, da spreminjate temperaturo, čas priprave in količino pare v posameznem prostoru.



KDO PEČE NAJBOLJŠI KRUH?

ZNANI ZMAGOVALCI NATEČAJA NAJ FALA KRUH 2018

Besedilo: Neža Jus, vodja marketinga Bonopan d.o.o. Fotografije: arhiv Bonopan d.o.o.



Komisija in tekmovalci
pred začetkom
ocenjevanja.

Dogodek Naj Fala kruh 2018 je bil odlična priložnost za druženje ljubiteljev kruha in izmenjavanje drobnih skrivnosti in nasvetov za pripravo slastnega hrustljavega domačega kruha. Udeležence je na dogodku pozdravil in se z njimi zabaval tudi Slonček Fala – maskota blagovne znamke Fala, brez katerega si pekovski navdušenci težko predstavljajo peko odličnih kvašenih izdelkov.

Ne rečemo zastonj, da je nekdo dober kot kruh. O tem smo se lahko prepričali minulo soboto, ko je v restavraciji DiVino nadvse prijetno dišalo po sveže pečenem kruhu. Že drugo leto zapored so na dogodku Naj Fala kruh izbrali najboljši doma pečeni kruh. Letos so se te lovorike razveselili kar štirje prejemniki častnega naziva - najboljši v treh kategorijah po oceni strokovne žirije in četrti po oceni obiskovalcev. Tekmovanje pa je bilo le en del prijetnega druženja, saj je dogodek namenjen predvsem promociji peke kruha, ohranjanju in prenašanju tradicije na nove generacije in spletnanju prijateljskih vezi med ljubitelji peke. Sobotno dogajanje je popestril zabavni radijski voditelj Miha Deželak, za

glasbeno poslastico pa sta poskrbela Urban in Jan. Da bi zaznamovali dogodek v duhu dobrega, so vsi kruhi, ki so kandidirali za naziv Naj Fala kruh, šli v dobrodelni namen. Društvo Food for Life je podarjene kruhe razdelilo med socialno ogrožene družine.

MAJHNE SKRIVNOSTI ODLIČNEGA DOMAČEGA KRUHA

Vonj po svežem kruhu se je začel širiti že jutraj, ko so pekovski navdušenci v ocenjevanje prinesli svoj kruh. Vsem je bilo skupno, da so v peki kruha neizmerno uživali, vsak pa je imel tudi svojo majhno skrivnost, ki je pripomogla k izvrstnemu kruhu. Gospa Mateja nam je zaupala svojo, za katero pa pravi, da ni skrivnost, saj jo z veseljem deli z drugimi. Da kruh dlje

časa ostane svež, testu doda malo kislega mleka ali vode, kjer se je predhodno kuhal krompir. Gospa Dragica pa je dodala, da dober kruha uspe samo, če ga delaš z ljubeznijo. Eden izmed zbranih ljubiteljskih pekov za boljšo aromo in okus priporoča uporabo kislega testa. Ta doda kruhu prijetno aromo, pripomore tudi k bolj čvrsti in lepše obarvani skorji. Okus kruha je bolj poln in poudarjen, ob uporabi dobre moke in malo bolj spretnih prstih pa ima tudi izjemno lepo sredico. Zato z veseljem poseže po kislem testu Fala, ki občutno poenostavi in olajša pripravo kruha s kislim testom. Dogodek Naj Fala kruh 2018 je bil tako odlična priložnost za druženje ljubiteljev kruha in izmenjavanje drobnih skrivnosti in nasvetov za pripravo slastnega

hrustljavega domačega kruha.

Udeležence je na dogodku pozdravil in se z njimi zabaval tudi Slonček Fala – maskota blagovne znamke Fala, brez katerega si pekovski navdušenci težko predstavljajo peko odličnih kvašenih izdelkov.

TEŽKO DELO KOMISIJE

Komisija je imela tudi letos nadvse težko delo. Med izvrstnimi doma spečenimi kruhi je morala na podlagi izgleda, teksture, vonja in okusa izbrati najboljšega v treh različnih kategorijah: pšenični, mešani in kruh iz posebnih vrst moke. Ga. Bernarda Krivec, direktorica proizvodnih enot podjetja Don Don v Sloveniji in na Hrvaškem, ki se vsak dan trudi, da bi kupci tudi na trgovskih policah našli le najboljši kruh, g. Darko Petelin, ustanovitelj revije Dober tek in njen dolgoletni urednik in prvi mož, mag. Mirjam Kavčič, direktorica podjetja Bonopan, strastna ljubiteljica peke kruha in kvašenega peciva ter g. Marko Pulko, vodja prodaje v podjetju Bonopan, ki med drugim skrbi tudi za prenos odličnih praks iz tujine v slovenske pekarnice, so že od 10. ure dalje rezali, pokušali, primerjali in ocenjevali hrustljave izdelke iz domačih peči in pečic.

Direktorica podjetja Bonopan mag. Mirjam Kavčič se je zahvalila vsem, ki so zbrali pogum in prinesli svoj kruh v ocenjevanje: »Čestitke in hvala, da ste tukaj z nami in nam dali priložnost, da vsem povemo, da se v Sloveniji peče odličen kruh. V Sloveniji imamo izvrstne mojstrice in mojstre, ki se trudijo, da kruh ostaja del naše prehrane in tradicijo peke prenašajo na mlajše generacije.«

LOVORIKA NAJ FALA KRUH 2018 JE PRIPADLA KAR ŠTIRIM TEKMOVALCEM

Vsi udeleženci natečaja so ob praktičnem darilu prejeli priznanje, ki jih bo spominjalo, da so sodelovali v natečaju.

Plakete Naj Fala kruh 2018 in denarne ter praktične nagrade pa so se razveselili ga. Nada Lunder s pisanim kruhom iz



Zbrane je pozdravila mag. Mirjam Kavčič, direktorica podjetja Bonopan, tudi sama strastna ljubiteljica peke kruha in kvašenega peciva.

Komisija je imela zelo zahtevno delo.

bučnega pireja in pesta bazilike med pšeničnimi kruhi ter ga. Mojca Dolinar s kostanjevim kruhom s suhimi hruškami med mešanimi kruhi. G. Jernej Bahor si je s pirinim kruhom s kurkumo pripeknel naziv za najboljši kruh iz posebnih mok.

Svojega favorita so izbrali tudi obiskovalci, največ glasov so namenili pšeničnemu kruhu iz krušne peči, ki ga je spekla ga. Fani Rožič.

Presenečena Fani Rožič ob razglasitvi najboljšega kruha po oceni javnosti



OKUS PEKARSKIH IZDELKOV IN POTREB POTROŠNIKOV

Piše: Elizabeth Green

Norveški kruh
Fotografija: www.sprinklebakes.com

Povsod, kjer potrošniki kupujejo kruh, pecivo, slaščice ali čokolado, izhajajo njihove odločitve iz treh ključnih meril: svežine, zdravja in okusa. Po mnenju g. Luc-Olivierja Rahierja, direktorja za komunikacijo pri podjetju Puratos, potrošniki po vsem svetu želijo tako inovacije kot klasiko, ko gre za okus.

Pekarstvo je velik in nenehno spreminjajoči se živilski sektor. Od zajtrka do večerje, od prigrizkov do sendvičev, je bilo pekarstvo vedno pod vplivom nekaterih vodilnih trendov v živilski industriji. Ker potrošniki vse bolj iščejo bolj zdrave možnosti za izboljšanje njihovega življenjskega sloga, se lahko opredelitev zdravih proizvodov razlikuje od tržišča do tržišča, zlasti pri pekarskih izdelkih. Na enem tržišču lahko zdrava možnost pomeni uporabo integralne moke, na drugi strani pa prisotnost žit takoj daje zaznavanje zdravih izdelkov. V nadaljevanju bomo razložili nekatere zdravstvene trende v pekarskem sektorju.

ZMANJŠANJE SLADKORJA V SLADKIH PEKARSKIH IZDELKIH

Skladno s splošnim trendom zdravega življenjskega sloga je živilska industrija zabeležila povečanje povpraševanja po pekarskih izdelkih z nizko oziroma nižjo količino sladkorja (tudi popolnoma brez sladkorja), tako da se ta tema nahaja visoko na prioriteten listi. Anna-Lena Hamann, vodja strateškega trženja podjetja Pekarne EMEA DuPont, oddelka za prehrano in zdravje, pravi: »Kruh običajno vsebuje zelo visoke ravni sladkorja, vendar z večjo osredotočenostjo potrošnikov na zdravje in posledično vsebnostjo sladkorja prihaja do spremembe v percepciji znotraj kategorije kruha.»

"To še posebej velja za sladke pekarske izdelke, kategorijo, ki ponuja priložnosti za inovacijo. Potrošniki vse bolj iščejo načine za zmanjšanje vnosa sladkorja in tako uživajo več zdravih svežih pekarskih izdelkov."

Sladki pekarski izdelki so postali zelo priljubljeni, vendar vedno večje zavedanje o zdravju in dobrem počutju pomeni, da potrošniki še vedno želijo sladko poslastico, a brez slabe vesti uživanja zaradi dodanega sladkorja in kalorij.

TRENDI ZAHODNEGA SVETA

Abby Ceule, višja industrijska direktorica pekarskega podjetja Corbion, navaja, da znižanje sladkorja je in ostaja v središču pozornosti proizvajalcev pekarskih izdelkov. "S trendom čistih in poenostavljenih deklaracij in novih pravil



Fotografija: www.talkingretail.com

za prikazovanje hranilnih vrednosti pakiranih živil, poskušajo pekarne najti načine za zmanjšanje ravni sladkorja v svojih izdelkih."

"Potrošniki pričakujejo okusne izdelke in prijetne izkušnje pri uživanju sladkih pečenih pekarskih izdelkov. Seveda poskušajo proizvajalci izpolniti njihova pričakovanja. Corbionovi vodilni strokovnjaki so nedavno začeli namensko oblikovati portfelj emulgator-jev – SweetProTM –, ki ščiti konsistentnost, izboljša ravnanje in povečuje stabilnost skladiščenja sladkih pekarskih izdelkov." Corbion tudi začne linijo čistih mešanic kolačev, da bi pekarska industrija izpolnila

zahteve za čiste in enostavne izdelke, ki imajo še vedno privlačen okus. Svenja Frank, vodja socialnega in poslovnega komuniciranja v podjetju GoodMills Innovation, je dejal: "V mnogih razvitih zahodnih državah so postali trendi, kot so zmanjšanje sladkorja, soli ali maščobe, vse pogostejši in povsod prisotni."

POTROŠNIKI, NAVDUŠENI ZA ZDRAVE OPCIJE

"Včasih je temeljni dejavnik teh trendov zelo različen, odvisen od prebivalcev določenih dežel, npr. znižanje sladkorja je v Združenem kraljestvu zelo pomemben trend."



Fotografija: www.la-motte.com

SMANJIVANJE ŠEČERA I NATRIJA GLAVNI SU PRIORITETI PEKARSKIH TRENDOVA



„Tudi ko gre za vprašanje sladkega peciva ali proizvodov z bogatim okusom, se potrošniki vse pogosteje odločajo za bolj zdrave možnosti,“ pravi gospa Frank. "Hkrati opažamo povečanje nakupov pekarskih izdelkov, kot so bili pred prihodom supermarketov. Med potrošniki obstaja vedno večja želja za nakup peciva v manjših lokalnih pekarnah, v katerih kupci poznajo peka in sestavine, ki jih uporablja za izdelavo svojih izdelkov. V idealnem primeru so sestavine naravne in organske. Vendar proizvajalci uvajajo nove sestavine za dvig kvalitete pekarskih izdelkov, ki omogočajo dodano zdravstveno vrednost in imajo jasno opredeljen izvor, ki spremlja strategijo trženja,“ pojasnjuje Frank. Adrian Short, generalni direktor podjetja Ulrick & Short, se prav tako strinja, da je zmanjšanje sladkorja vroča tema v industriji. "V zadnjih štiriindvajsetih mesecih smo kot odgovor na zdravstvene akcije in davek na sladkor opazili znatno povečanje zahtev za zmanjšanje količine

sladkorja v izdelkih. Na dolgi rok smo delali z mnogimi rednimi strankami, da bi zagotovili učinkovito zamenjavo sladkorja v različnih pekarskih in ostalih izdelkih, tj. od glazur do muffinovih zmesi. Ker se pritiski medijev in vlade krepijo, se bo verjetno povečalo povpraševanje po bolj zdravih izdelkih." Dodal je še: "Potrošniki vedno iščejo izdelke, ki jim bodo olajšali življenje. Drugi pomemben vidik je zdravje. Potrošniki sedaj zahtevajo izdelke z nižjo stopnjo vsebnosti sladkorja, maščobe in višjo ravnijo beljakovin, vlaknin itd."

ČISTE DEKLARACIJE IN NALEPKE BREZ GLUTENA

"V pekarstvu smo ugotovili, da je trend zdravstveno koristnih in praktičnih izdelkov v porastu in gre z roko v roki s trendi, kot so izdelki z naravnimi hranilnimi snovmi, zmanjšano vsebnostjo sladkorja, brez glutena, čistih oznak, tradicionalni oziroma obrtni izdelki itd.,« razlaga g. Hamann iz podjetja DuPont.



Povpraševanje po izdelkih s čisto oznako in označevanjem brez glutena pomeni, da morajo proizvajalci trdo delati, da bi nadomestili sintetične sestavine s svojimi izdelki. Sestavine, ki so bile prej skrite, so sedaj pod večjim nadzorom. V Nemčiji in Združenem kraljestvu je zlasti očitna povečana prodaja izdelkov prehrabnih izdelkov brez glutena in ta trend ne kaže znakov upočasnitve.

Tržišče brezglutenskih pekarskih izdelkov ponuja ogromno možnosti za predelovalce hrane, saj se ta živila lahko izdelata iz naravnega pšeničnega škroba in organskega pšeničnega škroba, iz katerega je gluten izpran. Henrik de Vries, direktor prodaje podjetja KRÖNER-STÄRKE in nemški inovator na področju pšeničnega škroba, je razkril: "Ekološki pšenični škrob brez glutena je dejansko stroškovno bolj učinkovit od koruze in drugih alternativ, saj sta njegova funkcionalnost in okus naravnih sestavin veliko bližja izvirniku."

FUNKCIONALNI PŠENIČNI ŠKROB BREZ GLUTENA

Ta nemški proizvajalec sestavin je razvil vrsto funkcionalnih pšeničnih vrst škroba brez glutena, ki ponujajo proizvajalcem pekarskih izdelkov možnost vzdrževanja odličnih lastnosti za peko, teksturo in okusa v kombinaciji z dobro elastičnostjo testa. V primerjavi s koruzo in tapioko ima pšenični škrob veliko boljše lastnosti pri peki in daje vrhunski okus. Kruh, testenine in druge pekarske izdelke se lahko proizvede tako, da ponovijo visok standard svojih tradicionalnih ekvivalentov. Tudi francoske rogljiče in druge proizvode iz listnatega testa, ki morajo biti lahki in puhasti, se lahko naredi iz tega testa.

Gospa Ceulis iz podjetja Corbiona pravi, da mlajši potrošniki, vključno z milenijski, prav tako postavljajo zahteve po večji preglednosti in čistem označevanju hrane, ki jo kupijo. "Potrošniki s proučevanjem deklaracij so vse bolj pozorni na to, kaj pride v izdelke, ki jih uživajo, ker upajo, da bodo lahko sprejemali bolj ozaveščene odločitve o nakupu živil. Čeprav se dojemanje razlikuje med skupinami potrošnikov, pomenijo večini čiste oznake preglednost proizvodov z najmanjšo količino škodljivih sestavin in malo preveč predelanih izdelkov."

ZNIŽEVANJE SLADKORJA IN NATRIJA STA PRIORITETI PEKARSKIH TRENDOV

„Zato je pomembno, da proizvajalci pekovskih izdelkov razvijajo izdelke, ki nudijo enostavnejše in bolj transparentne oznake, ki jih potrošniki brez težav razumejo in še naprej izpolnjujejo njihova pričakovanja o okusu, kakovosti in svežini,“ je še dodal.

ZMANJŠANJEVNOSA NATRIJA

Najnovejše raziskovanje in publikacija Centra za znanost v javnem interesu (CSPI) s člankom "Napad soli" je opozorila na različno količino natrija med blagovnimi znamkami stoodstotnega polnozrnatga in belega kruha, npr. kruh znamke Whole Foods' Organic, ki je izdelan iz stoodstotnega pšeničnega zrna, ima presenetljivo visoko vsebnost natrija v 100 g izdelka. To pomeni, da je skladno z že omenjeno študijo o vsebnosti natrija, je poraba za proizvodnjo takega kruha podobna vnosu dvaindvajsetih krompirjevih čipsov.

"Jasno je, da mnogi peki lahko precej zmanjšajo količino natrija", pravi Jim O'Hara, direktor CSPI politike za promocijo zdravja. "Prevelika količina natrija v hrani dviguje krvni pritisk, kar povečuje tveganje za srčni infarkt in možgansko kap. Znatno zmanjšanje natrija v živilih bi letno lahko rešilo več deset tisoč življenj in več milijard dolarjev bi bilo prihranjenih za stroške zdravljenja."

"Agencije, pristojne za hrano, morajo nadaljevati s prizadevanji za zmanjšanje natrija v hrani. Prvi korak bi predstavljalo uresničevanje končnih smernic za kratkoročne cilje pri zmanjšanju natrija v živilski industriji," je dejal O'Hara. "To bi lahko rešilo tisoče življenj vsako leto."

Tom van Zeeburg, vodja poslovnega razvoja OneGrain podjetja AkzoNobel, je pred kratkim govoril o izzivih, ki so vključeni v proces zmanjševanja natrija v pekovskih izdelkih: "Z zniževanjem

natrija postane okus kruha manj izrazit, za močan proces pečenja pa je pomembna sol."

"Lepljivosti testa je močno povezana z vsebnostjo soli," je pojasnil. "Manj soli dodamo, težavnejši postane postopek. Tukaj lahko AkzoNobel pomaga in ponuja rešitve za naše stranke, ki proizvajajo kruh in so sposobne zmanjšati tri odstotke mineralnih soli, ali imajo v kruhu samo 1,5 odstotka soli, ter so usklajene z zakonodajo."

"Te mešanice omogočajo pripravo izdelkov na starinski način, kar zagotavlja rustikalni videz, okus in teksturo kruha. To je res zmagovalna situacija za potrošnike in proizvajalce," pravi Tom van Zeeburg.

(se nadaljuje)

V naslednji številki: Vključevanje žita

Novi pomivalni stroji za kuhinjske pripomočke in posodo Serija UF - enostavno navdušuje

winterhalter®

Srečno 2019!

MI POMIVAMO KOT VI PEČETE: Z VESELJEM

Novi pomivalni stroji za kuhinjske pripomočke in posodo
Winterhalter: čisto, ergonomsko, varčno.



Serija UF - Enostavno navdušuje

Za več informacij pokličite podjetje Winterhalter:

Winterhalter Gastronom d.o.o. • Adamičeva 40 • 1290 Grosuplje

Telefon +386 (0)1 7863 445 • Telefaks +386 (0)1 7863 444

www.winterhalter.si • informacije@winterhalter.si

FCSI

MANUFACTURER
OF THE YEAR

2015

www.winterhalter.si

VSESTRANSKA UPORABA KOSTANJA



Fotografija: Stjepan Odošić

KOSTANJEVI MAFINI

Píšejo: dr. Alenka Hmelak Gorenjak, univ. dipl. inž. i Marija Horvat, inž. prehrane, IC Piramida Maribor

V VAŠI PEKARNI

V svetu je znano, da so od nekdaj s posebno skrbjo pripravljali kostanjeve jedi in pekli pecivo. Dobrote iz kostanja so bile na mizi ob vseh pomembnih dogodkih in marsikatera sladica je bila pripravljena iz kostanja, kot je npr. glazirani kostanj, ki je v tujini tradicionalna božična sladica. V zadnjih letih postajajo stari recepti za kostanjeve jedi vedno bolj zanimivi in z njimi se kostanj počasi, a zanesljivo, vrača na jedilnike številnih Evropejcev.

Pravi kostanj (lat. *Castanea sativa* Mill.) je botanično sicer v sorodu z bukvijo, vendar so njegova semena podobna semenom divjega kostanja. Od tod je divji kostanj dobil tudi svoje ime. Plodovi pravega kostanja, ki nam jih narava v obilici ponuja v jesenskem času, so bili v preteklosti pomemben vir energijsko bogate hrane. Kasneje se je zaradi obilice prehrane pomen kostanja v prehrani močno zmanjšal in je bil kot pečen kostanj zgolj značilen, dišeč znanilec jeseni na mestnih ulicah. Danes se pomen kostanja znova oživlja v različnih kulinarčnih posebnostih.

UPORABA KOSTANJA V ZGODOVINI

Pravi kostanj je bil v številnih evropskih deželah zelo pomemben v vsakodnevem življenju, o čemer pričajo številni običaji. Kostanj so poznali že Etruščani in Rimljani, ki so izdelovali kostanjeve želeje. Moka iz kostanja naj bi zagotovila rimskim legijam glavni obrok. Pogosto je tudi nadomeščal krompir. Najstarejši kostanji v okolici vulkana Etna so stari več kot 1000 let. Kostanj so pridobivali za prehrano in kostanjev med. Prvotno so s kostanjevo moko pripravljali tudi znamenito italijansko polento. Na Korziki ima kostanj še danes prav

poseben pomen. V zadnji vojni se je z njim preživljalo praktično celotno prebivalstvo. Prebivalci tega otoka so včasih pred vsako poroko pripravljali jedi iz kostanjev in kostanjeve moke, ki so jih potem postregli mladoporočence-ma in njunim gostom na poročni dan. Danes podobne kostanjeve gostije pripravljajo le še za številne turiste, ki hočejo doživeti pristani utrip preteklosti. Poseben odnos do kostanja so imeli tudi

posebno skrbjo pripravljali kostanjeve jedi in pekli pecivo. Dobrote iz kostanja so bile na mizi ob vseh pomembnih dogodkih in marsikatera sladica je bila pripravljena iz kostanja, kot je npr. glazirani kostanj, ki je v tujini tradicionalna božična sladica. V zadnjih letih postajajo stari recepti za kostanjeve jedi vedno bolj zanimivi in z njimi se kostanj počasi, a zanesljivo, vrača na jedilnike številnih Evropejcev.



Kostanjevi mafini

Fotografija: foodidies.com

celinski Francozi, ki so v obdobju Napoleonovih vojn zaradi pomanjkanja sladkorja hoteli iz kostanja pridelovati sladkor. Danes predstavlja sladkan kostanjev pire s sladko smetano klasičen francoski poobedek, imenovan Mont Blanc. Uporablja se lahko tudi kot nadev za palačinke ali biskvitne mase. V svetu je znano, da so od nekdaj s

HRANILNA VREDNOST KOSTANJA

Glavni sestavini surovega kostanja sta voda in škrob. Obe sestavini vsebuje kostanj nekoliko manj kot polovico. Vsebnost maščob in beljakovin je v kostanju nizka. Vsebuje več vlaknin in sicer v neolupljenem kostanju 8%, v olupljenem pa 5%. Kostanj je bogat tudi z mineralnimi snovmi.

VSESTRANSKA UPORABA KOSTANJA

Tabela 1: Hranilna sestava neolupljenega in praženega kostanja (Caballero, Trugo, Finglas, 2003)

Hranilo	Enote	Vrednost na 100 g užitnih delov (neolupljeni)	Vrednost na 100 g užitnih delov (praženi)
Voda	g	48.650	40.480
Energija	kcal	213.000	245.000
Energija	kJ	891.000	1.025.000
Proteini	g	2.420	3.170
Skupne maščobe	g	2.260	2.200
Ogljikovi hidrati	g	45.540	52.960
Vlaknine	g	8.100	5.100
Pepel	g	1.130	1.200
Minerali			
Kalcij, Ca	mg	27.000	29.000
Železo, Fe	mg	1.010	0.910
Magnezij, Mg	mg	32.000	33.000
Fosfor, P	mg	93.000	107.000
Kalij, K	mg	518.000	592.000
Natrij, Na	mg	3.000	2.000
Cink, Zn	mg	0.520	0.570
Baker, Cu	mg	0.447	0.507
Mangan, Mn	mg	0.952	1.180
Selen, Se	mg		1.200
Vitamini			
Vitamin C, askorbinska kislina	mg	43.000	26.000
Vitamin B1, tiamin	mg	0.238	0.243
Vitamin B2, riboflavin	mg	0.168	0.175
Vitamin B3, niacin	mg	1.179	1.342
Vitamin B5, pantotenska kislina	mg	0.509	0.554
Vitamin B6, piridoksin	mg	0.376	0.497
Vitamin B9, folna kislina	µg	62.000	70.000
Vitamin B12, kobalamin	µg	0.000	0.000
Vitamin A, IU	IU	28.000	24.000
Vitamin A, RE	µg_RE	3.000	2.000
Vitamin E	mg αTE		1.200
Lipidi			
Maščobne kisline, nasičene	g	0.425	0.414
Maščobne kisline, mononenasičene	g	0.780	0.759
Maščobne kisline, polinenasičene	g	0.894	0.869
Holesterol	mg	0.000	0.000
Fitosteroli	mg	22.000	

Največ vsebuje kalija, fosforja, magnezija in kalcija. Od pomembnih mikroelementov so zastopani selen, mangan, železo in cink. Kostanj vsebuje

predvsem v vodi topne vitamine C, B1, B2, B3, B5 in B6. Zaradi nizke vsebnosti maščob je tudi energijska vrednost kostanja nizka in

znaša le 891 KJ/100 g (oz. 213 Kcal/100 g).

V tabeli 1 je natančneje navedena hranilna sestava neolupljenega in praženega kostanja.

KOSTANJ SKOZIVSO LETO

V preteklosti so se kostanjeve sladice in druge jedi iz kostanjev pripravljale večinoma sezonsko. Nove tehnologije pa omogočajo, da se kostanjemimi polizdelki lahko pripravljajo skozi vse leto. V domačih trgovinah ponujajo kostanjevo moko, ki je lahko prebavljiva in vsebuje dosti kalija. Na trgovskih policah najdemo tudi vloženi kostanj, kostanjeve pire (s sladkorjem in brez) ter zamrznjen pire, ki je zelo primeren za pripravo okusnih sladici, kot je vanilijeva krema s kostanjem. Za posebno poslastico pa velja kandiran kostanj, ki



ga pogosto uporabijo za okusno dekoracijo na slavnostnih tortah. Pri uporabi kostanjevih polizdelkov moramo biti previdni na različno vsebnost sladkorjev v njih in moramo vsebnost dodanega sladkorja v recepturi prilagajati sladkosti kostanjevega pireja ali kostanjev. Enaka previdnost velja pri dodajanju tekočine.

Uporaba kostanjeve moke se je izkazala kot zelo primerno za pečenje peciva. Je značilnega, prijetnega okusa. Iz nje prav tako pripravljamo razne kašnate jedi, kruh, biskvite itd. Izdelki se po obliki ne razlikujejo od izdelkov pripravljenih z navadno moko.

Kostanj najbolj pogosto pripravljamo za pripravo sladkih in manj pogosto za pripravo slanih jedi. Pri pripravi slanih jedi najpogosteje pripravljamo slani kostanjev pire, ki ga lahko ponudimo kot prilogo k mesnim jedem: svinjini,



Fotografija: www.kelliesfoodtoglow.com

Kostanjev biskvit

perutnini in govedini. Posebej okusne so svinjske mesne rulade, ki jih polnimo z do polovice kuhanimi in olupljenimi kostanji. Kostanjev pire uporabimo tudi za zgoščevanje omak.

ŠE RECEPT ZA POKUŠINO

Uporaba kostanjev ali njegovih polizdelkov je torej v naši prehrani vsestranska: uporabljamo jih za različna polnila, kreme, nadeve, testa ... Iz njih izdelujemo številne jedi, med katerimi prevladujejo predvsem sladice: kostanjevi štruklji, potice, kostanjeve torte, kostanjeve rezine, pudingi,

narastki, gubanci, mafini in celo različni sladoledi. Poznane so tudi kostanjeve juhe in številne kostanjeve priloge. Zaradi primerne hranilne sestave kostanj ni zanimiv samo kot kulinarična



Fotografija: www.kelliesfoodtoglow.com

Kostanjev kolač

posebnost temveč se ga priporoča tudi v vsakodnevni zdravi prehrani.

KOSTANJEVI MAFINI

Kostanjevi mafini spadajo v skupino težkih biskvitnih mas. Za mafine je značilna določena oblika, sredica je luknjičava, vidni so koščki kostanja in suhega sadja. Lahko jih prelijemo s čokolado ali posujemo s sladkorjem. Energijska vrednost mafina z medom znaša 1770 KJ/100 g.

Potrebujemo:

- 150 g kostanjeve ali polnozrnatke moke
- 150 g moke, tip 500
- 10 g vinskega kamna (pecilnega praška)
- 2 g mletega cimeta
- 2 jajci – stepamo
- 100 g kostanjevega medu
- 10 g sladkorja vanilin
- 30 g slivove marmelade
- 280 g hruškovega soka
- 26 g tekočega masla
- 100 g kostanjevih koščkov
- 100 g kostanjevega pireja (brez sladkorja)
- 50 g suhih hrušk – narezanih na koščke
- 125 g suhih sliv – narezanih na koščke
- 15 g mandeljnovih lističev
- lupina ene neškropljene limone (bio)

Pripravimo si model za mafine.

Iz mase dobimo 12 mafinov.

Pečico vklopimo in jo ogrejemo na 180° C.

Suho sadje očistimo, narežemo na manjše kose, ga namočimo za 30 minut ter ga odcedimo.

Moko presejemo z vinskim kamnom (pecilnim praškom) in s cimetom.

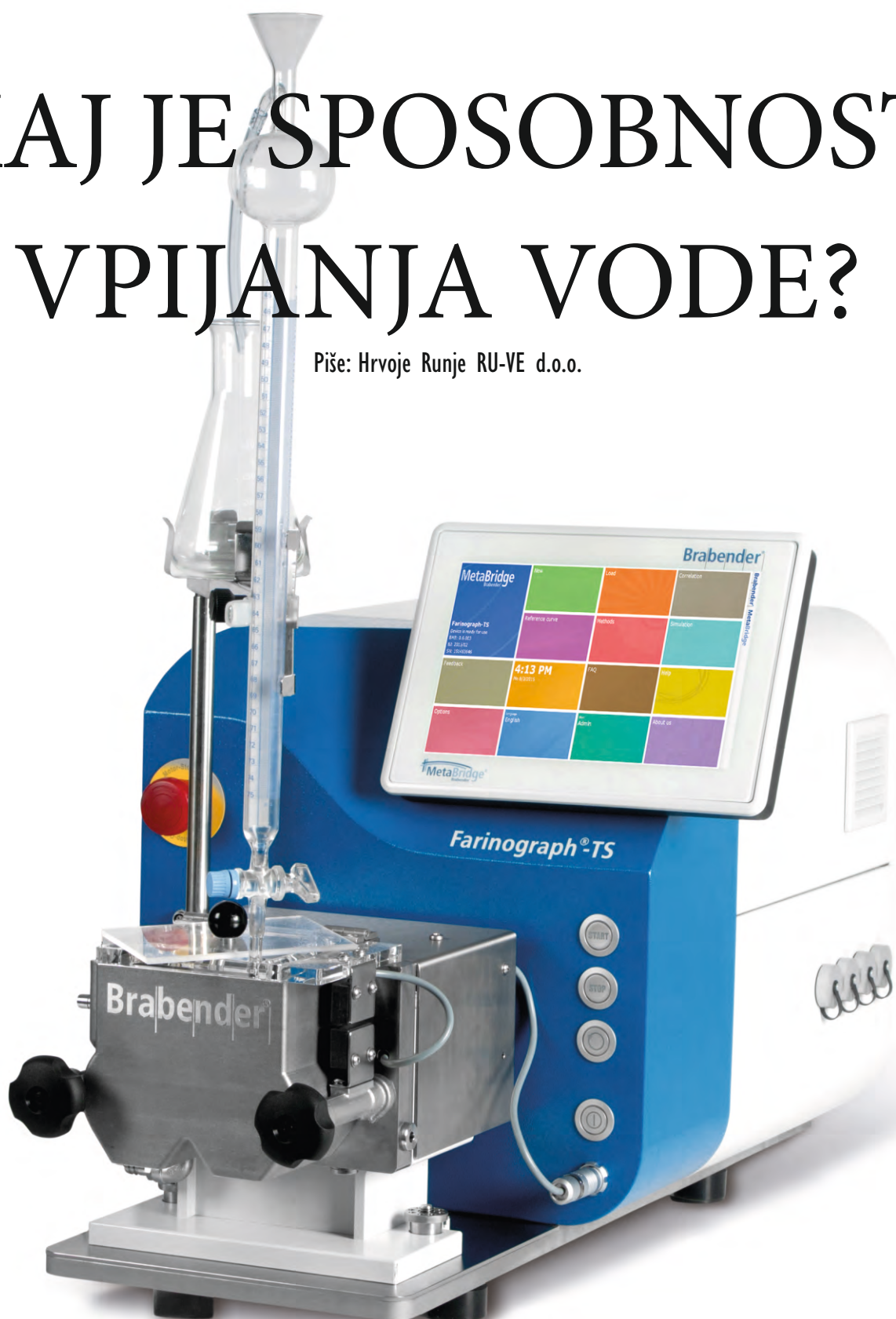
Kostanj narežemo na koščke in naribamo limono. Sadje in kostanj primešamo k moki, da bodo enakomerno porazdeljeni po mafinu. Jajca, med in vanilin sladkor penasto stepemo.

V večji posodi združimo stepena jajca z medom, maslom, hruškovim sokom, marmelado ter vse dobro premešamo. Dodamo limonino lupino in suho sadje, če ga nismo dodali k moki ter ponovno dobro premešamo.

(Izdelava recepture: Marija Horvat)

KAJ JE SPOSOBNOST VPIJANJA VODE?

Piše: Hrvoje Runje RU-VE d.o.o.



Različni pekovski izdelki zahtevajo različne razpone vpijanja vode, da bi dosegli želeno konsistenco testa in lastnosti končnih izdelkov. V moki za peko peciva sposobnost vpijanja vode variira od 50 - 54%, za standardni beli kruh od 60 - 62% ter v moki za peko ciabatt od 80 - 90%.

Sposobnost moke za vpijanje vode je eden najpomembnejših pekovskih parametrov.

Hidratacija ali sposobnost vpijanja vode nam pove, koliko vode je potrebno dodati moki, da se doseže želena konsistenca testa in ustvari kakovosten končni izdelek. To je optimalna količina vode, ki jo lahko dodate testu, preden le-to postane preveč lepljivo za obdelavo.

KAKO POTEKA ABSORPCIJA VODE IN KAKO JO MERIMO?

Sposobnost vpijanja vode se običajno določa z maso moke. Na primer, 60% absorpcija vode pomeni, da potrebujemo 60g vode za hidratacijo 100 g moke. Kako prihaja do vpijanja vode in kako jo merimo? Ko mešamo moko in vodo, molekule vode hidrirajo beljakovine, škrob in druge sestavine. Postopek hidratacije se doseže, ko so molekule beljakovin in škroba vezane na molekule vode z določenimi vezmi. Delci se hidrirajo z medsebojnim drgnjenjem in dotikom vode. Parametri procesa, kot so tip in oblika mešalnika, pretok vode in tlak, odstranijo hidrirano površinsko plast in izpostavijo novo plast odvečnih delcev vode, tako, da se lahko nadaljuje proces difuzije vode.

ZAKAJ JE POMEMBNA SPOSOBNOST VPIJANJA VODE IN KAKO SE UPORABLJA?

S farinografom določimo sposobnost moke za vpijanje vode. Test je osnovan na določanju količine vode, s katero se doseže optimalna konsistenca testa, ki je 500 Brabenderjevih enot (BU). Količina vode, ki je potrebna za pridobitev te konsistence, se imenuje sposobnost moke za vpijanje vode. Analiza tipične farinografske krivulje sposobnosti vpijanja vode



Fotografija: fotolia.com

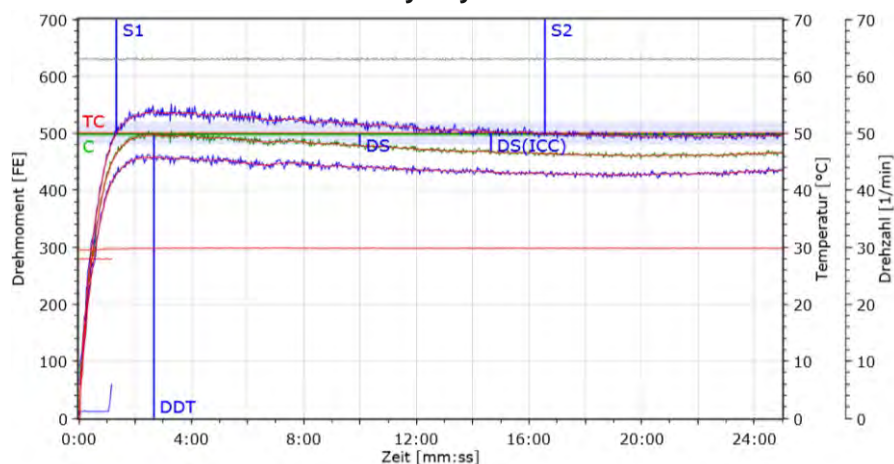
nam poda tudi druge pomembne parametre kakovosti kot so: čas razvoja, stabilnost in stopnjo omehčanja testa, kakovostni razred in klasifikacijo moke. Zakaj je pomembna sposobnost vpijanja vode in kako se uporablja? Pomembna je, ker vpliva na parametre pečenja in samega kruha, kot so: gnetenje in vzhajanje testa, maso in volumen kruha, drobljivost (krhkost) sredice in skorje, rok trajanja... Različni pekovski izdelki zahtevajo različne razpore

vpijanja vode, da bi dosegli želeno konsistenco testa in lastnosti končnih izdelkov. Neupoštevanje sposobnosti moke za vpijanje vode povzroča težave med samim proizvodnim procesom, vpliva pa tudi na kakovost končnega pekovskega izdelka.

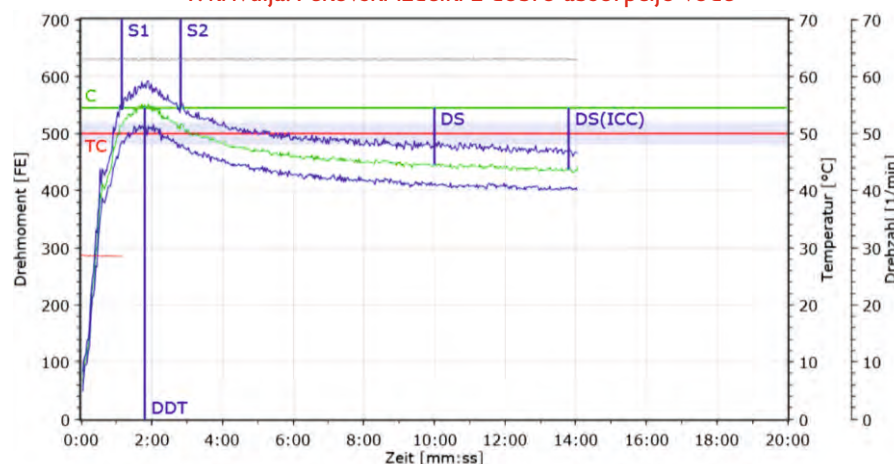
VIRI IN FOTOGRAFIJE:

- Kemija in tehnologija žitaric, Navodila za laboratorijske vaje, PBF Zagreb
- Bakerpedia.com www.fotolia.com

SPOSOBNOST MOKE ZA VPIJANJE VODE KOT POMEMBNEN PEKOVSKI PARAMETER



1. krivulja: Pekovski izdelki z dobro absorpcijo vode



2. krivulja: Pekovski izdelki s slabo absorpcijo vode

Brabender®
... where quality is measured.





DÜBÖR
Vaš partner
tudi v 2019.

- * olja za mazanje
pladnjev in pekačev
- * olja za obdelavo
testa in rezanje
kruha
- * sredstva za
želiranje tort in
kolačkov
- * naprave za
naoljevanje
pladnjev in pekačev
ter nanašanje
sredstev za
želiranje

DÜBÖR v vsaki sodobni pekarni!



Srečen božič in uspešno 2019. !

DÜBÖR®
DUBOR d.o.o. · Druge Poljanice 4 · 10040 Zagreb
Tel: +385 1 65 23 882 · Fax: +385 1 65 28 134
info@dubor.hr www.dueboer.com





Žitarice so naše življenje !

Tovarna pekarskih zmesi in izboljševalcev

www.data-bak.hr



DATA – BAK d.o.o.
Putine 44, Zdenci Brdovečki
10291 Prigorje Brdovečko
Tel: +385 | 3397 298
Fax: +385 | 3397 234
E-mail: info@data-bak.hr



Vesel božič in srečno novo leto!

*Vesel božič in
srečno novo leto!*



Brabender®

... where quality is measured.

more



Ru-Ve d.o.o.

Vladimira Nazora 10 - Brezje, 10431 Sveta Nedelja
+385 (0)1 33 35 250 • info@ru-ve.hr • FB: ruvecro
www.ruve.hr

**Vesele Božične praznike,
v Novem letu pa veliko sreče,
zdravja in uspehov!**



Projekt koledar za 2019
odkrijte na www.ireks-aroma.hr

ISOTEK, Igor Švajger s.p.
Pleterje 13b,
8272 Idole
SLOVENIJA
Telefon: + 386 7 49 66 980
isotek.ireks@gmail.com

IREKS AROMA d.o.o.
Trešnjevka 24
10 450 Jastrebarsko
HRVATSKA
Tel.: +385 1 60 40 701
ireks@ireks-aroma.hr
www.ireks-aroma.hr


IREKS