



Namy kepyklėlė

Duona, blynai
ir pyragai



UDK 641.5(083.12)
Na-129

Sudarė

Vida Kaminskiėnė
technologinė dalis,
Nomeda Martišiūtė
aprašomoji dalis

Dizaineris

Rokas Gelažius

Piešiniai

Vilūnės Grigaitės

Pirmasis leidimas 2012

© Leidykla „Šviesa“, 2012
© Vida Kaminskiėnė, 2012
© Rokas Gelažius, 2012
© Vilūnė Grigaitė, 2012

ISBN 978-5-430-05739-8



Turinys

Pratarmė 7

Kepame namuose

Grūdai ir miltai 11

Kildinimo medžiagos ir tešlos tipai 20

Kepimo būdai ir kepinių priedai 35

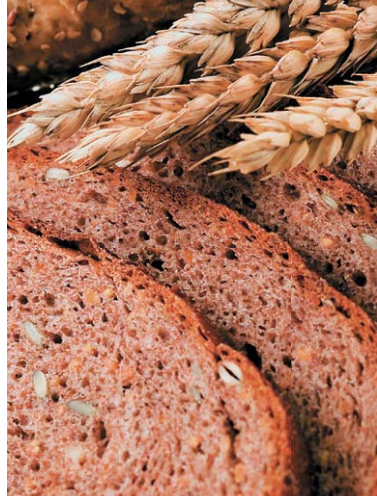
Patarimai pradedantiesiems 43

Duona

Tamsi duona 48

Šviesi duona ir ragaišis 74

Bandelės ir paplotėliai 98



Užkandiniai kepiniai

Blynai, sklindžiai ir blynėliai 114

Nesaldūs pyragai 132

Užkandiniai pyragėliai 144

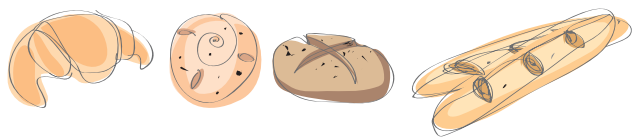
Pyragai

Pyragai ir tortai 154

Saldūs kąsnėliai 166

Rekomenduojama literatūra

ir iliustracinių šaltinių sąrašas 175



Tradicinio ruginio raugo gaminimas

200 g rupių ruginių miltų,

250–300 ml vandens;

raugo paruošimas truks 5 dienas

(ilgiausiai 6 dienas)



1 diena. Stikliniame ar plastikiniame inde išmaišykite 50 g miltų su 100 ml šilto (kūno temperatūros) vandens.

Mišinys turi būti grietinės tirštumo, jei jis per tirštas, įpilkite dar 1–2 šaukštus vandens papildomai. Indą uždenkite audeklu arba maistine plėvele (ją subadykite keliose vietose smeigtuku ar adata, kad raugas gautų oro). Palikite indą šiltoje vietoje 24 val. (optimali raugo augimo temperatūra yra 27 °C, žemesnėje temperatūroje jis augs kiek lėčiau).

2 diena. Pamaišykite ir pamaitinkite raugą; įberkite į raugo indą dar 50 g ruginių miltų ir įpilkite 50 ml šilto vandens.

Uždenkite ir palikite šiltoje vietoje 24 val.

3 diena. Raugas jau bus pakilęs, pradengus indą, pasklis salsvas rūgimo kvapas. Raugą vėl pamaišykite, įberkite 50 g miltų, įpilkite 50 ml šilto vandens, uždenkite ir palikite šiltoje vietoje 24 val.

4 diena. Dar sykį permaišykite ir pamaitinkite raugą (50 g miltų, 50 ml šilto vandens), palikite šiltoje vietoje 24 val.

5 diena. Raugas jau išrūgęs, suskystėjęs, jo paviršius pasidengęs burbuliukais, iš indo sklinda malonus duonos rūgštelės kvapas. (*Daugiau raugo paruošimo receptų rasite prie atskirų kepinių – aut. past.*)

Ruginio raugo atidėjimas ir paruošimas tešlai maišyti

Dalį paruošto raugo (100–150 ml) atidėkite kitam kartui. Sukrėskite jį į sandarų indelį ir laikykite šaldytuve (gerai paruoštas raugas išlieka veiksmingas iki 2 savaičių). Ruošdamiesi kepti duoną, raugą išimkite iš šaldytuvo dar iš vakaro, pamaišykite, įpilkite 250 ml šilto vandens ir tokį kiekį rupių ruginių miltų, kad gaivinamo raugo mišinys būtų grietinės tirštumo. Mišinį palikite šiltai 12 val. Dalį atgaivinto raugo vėl atidėkite į šaldytuvą, kitą sunaudokite duonai kepti. (Knygos receptuose nurodomas raugo kiekis reikalingas aprašomai duonai iškepti, todėl norėdami atidėti raugo ar paruošti raugą duonai kepti, remkitės nurodytomis proporcijomis – aut. past.).



Ruginio raugo priedai

Ruošiant ruginį raugą, pirmam mišiniui papildomai galima naudoti 1 šaukštą medaus ir šaukštelį kmynų arba 1 šaukštą šviežios grietinės ir 1 šaukštelį kmynų. Šie priedai ne tik pagerina raugo skonį, bet ir paspartina jo rūgimą. Paprastai tokį raugą galima paruošti per 3 dienas (vis pamaitinant ir permaišant) ir naudoti duonai kepti jau 4 dieną.

Raugo ir miltų proporcijos

200–250 ml raugo 1 kg miltų, kai formuojami nedideli kepalai ir tešla kildinama ne ilgiau nei 12 val.

150–200 ml raugo 1 kg miltų, kai formuojami didesni kepalai ir tešla kildinama daugiau nei 12 val.

*Tamsi
duona*



Rupi lietuviška duona

- 250 ml tradicinio ruginio raugo,
- 150 g šveistinių ruginių rupinių (1800),
- 150 ml šilto vandens (įmaišui);
paruoštas įmaišas,
- 500 g šveistinių ruginių rupinių (1800),
- 200 g viso grūdo kvietinių miltų,
- 200 g pamirkytų ir nuplikytų skaldytų rugių,
- 350 ml šilto vandens,
- 1 valgomasis šaukštas medaus,
- 1 šaukštas druskos,
- 2 šaukštai kmynų,
- 3 šaukštai cukraus,
- 1 šaukštas ruginio salyklo
(užpildo 50 ml karšto vandens),
- 4 šaukštai sėlenų,
- 2 šaukštai miltų (skardai pabarstyti)



Paruoškite įmaišą. Į gilų dubenį suberkite ruginius rupinius, supilkite raugą (*raugo gaminimo, atidėjimo ir paruošimo tešlai maišyti rekomendacijas* žr. skyriuje „Kildinimo medžiagos ir tešlos tipai“), šiltą vandenį. Viską gerai išmaišykite iki vientisos lipnios masės. Gautą masę uždenkite audeklu arba maistine plėvele ir pastatykite šiltai rūgti 12 val. Išrūgęs įmaišas turi suskystėti, jo paviršius pasidengti burbuliukais, nuo masės skliski malonus duonos rūgštelės kvapas. Į paruoštą įmaišą suberkite ruginius rupinius ir kvietinius miltus, cukrų, druską, kmynus, sėlenas, sukrėskite medų, pamirkytus ir nuplikytus skaldytus grūdus, supilkite salyklą, šiltą vandenį. Viską išmaišykite, minkykite tešlą vis padrėkindami rankas vandenyje arba elektriniu (spiraliniu) tešlos minkytuvu, kol ji pasidarys vienalytė. Išminkę tešlą, suformuokite kepalą, padėkite jį ant miltais pabarstytos skardos (arba iškllokite skardą kepimo popieriumi), pridrinkite audeklu arba aliejumi patepta maistine plėvele,

Blynai su rikota (*riccota*)

350 g kvietinių miltų (405D),
200 g rikotos varškės,
1 arbatinis šaukštelis kepimo miltelių,
žiupsnis druskos, 2 kiaušiniai,
2 valgomieji šaukštai cukraus,
150 ml pieno, 1 šaukštas sviesto,
2–3 lašai vanilės esencijos,
80 ml aliejaus (kepimui)

Sumaišykite persijotus miltus su kepimo milteliais. Pašildykite pieną, ištirpinkite jame sviestą, supilkite vanilės esenciją. Atskirkite kiaušinių trynius ir baltymus. Trynius išsukite su cukrumi iki baltumo, sukrėskite į atvėsintą pieną, vis maišydami supilkite pieno mišinį į miltus, sukrėskite rikotą. Paskiausiai į paruoštą blynų tešlą supilkite su druska iki putų išplaktus baltymus ir dar kartą viską gerai išmaišykite. Į įkaitintą keptuvę su aliejumi pilkite po samtelį blynų tešlos, tolygiai apkepinkite iš abiejų pusių.

Padažų variantai

Šiuos švelnaus skonio blynus galite patiekti su lydytu sviestu ir cinamonu; užpilti tirpintu šokoladu, plakta grietinėle; vyšnių, braškių ar mėlynių uogiene.





Mažieji olandiški grikių blynai (poffertjes)

250 g grikių miltų,
150 g viso grūdo kvietinių miltų,
500 ml pieno, 20 g šviežių mielių,
žiupsnis cukraus, žiupsnis druskos,
1 kiaušinis,
1–2 valgomieji šaukštai aliejaus (kepimui),
1 šaukštas cukraus pudros
(blynams apibarstyti)

Sumaišykite kvietinius, grikių miltus ir druską giliame dubenyje. Pašildykite pieną. Su šlakeliu pieno ir cukrumi išmaišykite mieles ir atidėkite 10 min. Išplakite kiaušinį, supilkite plakinį į likusį šiltą pieną, išmaišykite su druska ir mielių mišiniu. Viską supilkite į miltus ir išplakite šluotele iki vientisos masės. Dubenį uždenkite audeklu ir pastatykite šiltoje vietoje maždaug 1 val., kol tešla pakils. Įkaitinkite keptuvę, pateptą aliejumi (geriausia olandiškus blynus kepti blynų keptuvėje su įdubimais, tada tešla pasiskirsto tolygiau ir blynai išlaiko formą, bet galima ir paprastoje), liekite po šaukštą tešlos, abi blyno puses apkepkite iki gražios auksinės spalvos. Iškepusius blynelius gausiai apibarstykite cukraus pudra.

Padažų variantai

Galite patiekti šiuos blynus tiesiog apibarstytus cukraus pudra ir apipiltus lydytu sviestu; su plakta grietinėle; su šviežiai trintomis braškėmis ar žemuogėmis.



Raudonųjų svogūnų pyragas

500 g mielinės sluoksniuotosios tešlos;
(įdarui) 4 raudonieji svogūnai,
1 valgomasis šaukštas aliejaus,
1 arbatinis šaukštelis cukraus,
1 šaukštelis druskos,
½ šaukštelio trintų juodųjų pipirų,
1 šaukštas aliejaus, 200 g fetos sūrio,
200 g separuotos varškės, 1 česnako skiltelė,
100 ml grietinės, 2 kiaušiniai,
150 g juodųjų alyvuogių (be kauliukų),
sauja šviežių prieskoninių žolelių pabarstymui

Pasiruoškite sluoksniuotąją mielinę tešlą (žr. „*Sluoksniuotoji mielinė tešla*“, p. 33). Į apvalią kepimo formą dėkite iškočiotos tešlos lakštą, uždenkite juo formą iki kraštų, tešlos perteklių užlenkite į vidų, taip suformuodami storesnį kepinio kraštelį. Tešlos pagrindą subadykite šakute ir pastatykite formą į šaldytuvą pusvalandžiui. Tada išimkite ir kepkite 220 °C karštumo orkaitėje 15 min. Tuo tarpu pasiruoškite įdarą. Suplakite kiaušinius su grietinėle, sutrupinkite į plakinį fetos sūrį, sukrėskite varškę, trintą česnaką, suberkite pipirus, pusę šaukštelio druskos ir viską išmaišykite. Supjaustykite svogūnus skiltelėmis, suberkite į dubenėlį, apibarstykite juos cukrumi, likusia druska, išmaišykite, palaikykite 10–15 min. ir pakepinkite keptuvėje su aliejumi. Į paruoštą formą su tešlos pagrindu sukrėskite fetos ir varškės mišinį, ant viršaus, kiek paspausdami, išdėliokite svogūnus ir alyvuoges. Pašaukite formą kepti į įkaitintą (180 °C) orkaitę, kepkite apatinėje orkaitės dalyje 35–40 min. Iškepusį pyragą apibarstykite prieskoninėmis žolelėmis.

Pyragas su šonine ir alyvuogėmis

250 g kvietinių miltų (405D),

200 g sviesto, 3 kiaušiniai,

1 arbatinis šaukštelis kepimo miltelių,

1 valgomas šaukštas cukraus,

½ šaukštelio druskos,

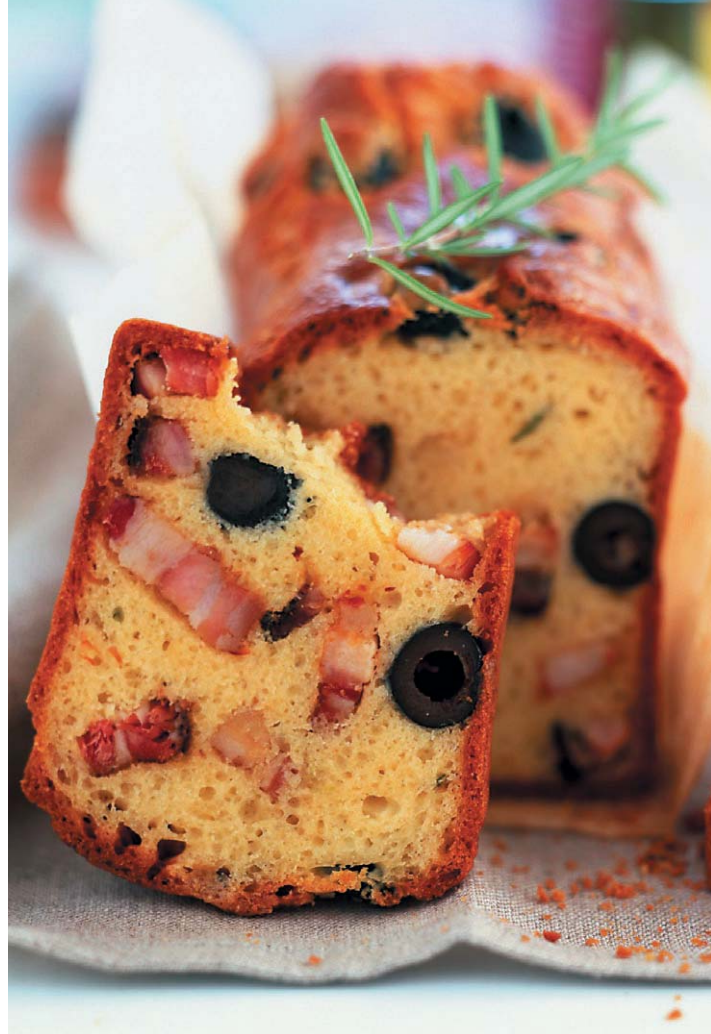
½ šaukštelio smulkinto šviežio rozmarino,

100 g smulkintų juodųjų alyvuogių,

150 g smulkiai pjaustytos karšto rūkymo šoninės,

1 šaukštas aliejaus (kepimo formai patepti)

Persijokite miltus į dubenį, sumaišykite su druska ir kepimo milteliais. Išplakite kiaušinius su cukrumi iki putų, supilkite į plakinį ištirpintą ir atvėsintą sviestą, išmaišykite iki vientisos masės. Į dubenį su miltais suberkite smulkintą rozmariną, alyvuoges, šoninės gabalėlius, supilkite kiaušinių ir sviesto mišinį, viską gerai išmaišykite. Į kepimo formą, išteptą aliejumi, sukrėskite pyrago masę ir pašaukite kepti į įkaitintą orkaitę (180 °C) 40 min.





Karalienės Viktorijos pyragas

350 g kvietinių miltų (405D),
350 g sviesto, 350 g cukraus, 6 kiaušiniai,
½ arbatinio šaukštelio druskos,
1 valgomasis šaukštas cukraus pudros,
1 šaukštas aliejaus (skardoms patepti);
(pertepimui) 350 ml tiršto džemo
(braškių, vyšnių, abrikosų ar apelsinų),
400 ml grietinėlės (35 %) ir 50 g cukraus

Į atskirus dubenėlius atskirkite kiaušinio trynius ir baltymus. Pridenkite dubenėlius maistine plėvele ir palikite pastovėti 30 min., kad sušiltų iki kambario temperatūros. Išplakite kiaušinio trynius su puse cukraus, kitą pusę cukraus išsukite su kambario temperatūros sviestu. Sumaišykite abi mases. Dalimis, vis maišydami, suberkite persijotus miltus (kepimo miltelių dėti nebūtina, purumo suteikia išplakti kiaušiniai). Į vienišą masę dalimis įmaišykite su druska iki putų išplaktus baltymus. Pasiruoškite dvi apvalias kepimo formas (28 cm skersmens), patepkite jas aliejumi. Lygiomis dalimis supilkite tešlą į formas, kepkite pyrago papločius įkaitintoje (180 °C) orkaitėje 25–30 min., atvėsinkite juos ant grotelių. Dėkite vieną atvėsusį paplotį ant padėklo, aptepkite marmeladu, ant viršaus paskirstykite su cukrumi išplaktą grietinėlę, uždenkite kitu papločiu. Leiskite pyragui sustingti šaldytuve ar vėsioje vietoje 2 val., apibarstykite jį cukraus pudra.

Apverstinis obuolių pyragas

200 g kvietinių miltų (405D), 4 obuoliai,

1 arbatinis šaukštelis kepimo miltelių,

žiupsnis druskos, 150 g sviesto,

3 kiaušiniai, 150 g cukraus,

100 ml jogurto, 50 ml romo,

50 g rudojo cukraus, 1 ml vanilės esencijos



Sumaišykite persijotus miltus su kepimo milteliais ir druska. Nuplaukite ir supjaustykite obuolius griežinėliais (maždaug 1 cm pločio). Vidurinę dalį su sėklalizdžiu atidėkite. Likusią dalį (be sėklalizdžio) supjaustykite gabalėliais ir taip pat atidėkite. Maišydami ištirpinkite puodelyje 50 g sviesto su ruduoju cukrumi, bet neužvirinkite. Supilkite paruoštą sviestą į apvalią (28 cm skersmens) kepimo formą ir sudėkite obuolių griežinėlius, uždengdami jais visą formos dugną. Likusį kambario temperatūros sviestą išsukite su puse cukraus, sukrėskite jogurtą. Po truputį į šį mišinį supilkite su likusiu cukrumi išplaktus kiaušinius ir gerai išmaišykite. Tada, vis maišydami, į gautą masę dalimis suberkite miltus, supilkite vanilę, romą. Į paruoštą tešlą suberkite atidėtus obuolių gabalėlius, išmaišykite ir sukrėskite ant kepimo formoje išdėliotų obuolių. Pašaukite pyragą kepti į jau įkaitintą (180 °C) orkaitę 40–50 min. Šiek tiek atvėsusį pyragą apverskite ant patiekiamosios lėkštės.