

Surdegsskolan

Har samlas de inlägg om surdeg som jag publicerade på matalskaren.blogspot.com augusti 2005. Jag önskar dig surdegsslycka!

Johan

Uppdatering: Jag har ändrat proportionerna lite i det slutliga brödreceptet. Nu använder jag hela 1000 g surdeg (mot tidigare 800 g) medan övriga mängder är oförändrade. Brödet blir lättare och godare så, tycker jag.

Surdegskulturarvet



Som älskare av rågsurdeg kan jag ibland känna att jag bor i fel land. Butikshyllorna i vårt östra grannland är fulla av industribakade råglimpor av förträfflig kvalitet, medan man här verkar ha glömt att råg kan användas till annat än knäcke. Men detta är egentligen inget vi i Sverige ska beklaga. De stora bagerierna har nämligen berövat det finska folket en del av sitt kulturarv eller i varje fall en mycket spännande hobby, nämligen surdegskultivation. Rågsurdeg är till skillnad från vetesurdeg mycket lätt att lyckas med bara du har lite tålamod. Det behövs ungefär fem dagar att få igång en ny surdegskultur och sedan ett par dygn att baka ut, men arbetsmomenten varje dag är mycket små. Detta är det första inlägget i en surdegssdagbok, där jag dokumenterar processen från mjöl till färdiga surdegsslimpor bakade endast på råg, salt och vatten.

Surdeg på råg

Dag 1

25 g grovt rågmjöl

1 dl vatten

1. Blanda mjöl och vatten i en burk, gärna av glas så att du kan se vad som

händer och stor nog för flerdubbla mängden.

2. Täck över eller skruva löst på locket och låt stå i skugga eller mörker. I morgon blir det statusrapport och lite surdegsteori.

Fortsatt surdegsspänning



Nästan inget har hänt. Inget synligt i alla fall, utom att det bildats små bubblor på ytan. Men skenet bedrar för inne i glasburken är kriget i full gång. En mängd olika mikroorganismer som fanns i mjölet (och även i burken och luften) iform av slumrande sporer har vaknat till liv och börjat kämpa om näringen i mjölet, främst olika sockerarter. Oftast är det en allians mellan syraälskande laktobaciller och en eller ett par syratoleranta jästarter som avgår med segern. Orsaken är att mjölksyran som bakterierna producerar så småningom gör smeten för sur för andra oönskade arter att klara sig. Vi hejar på favoriterna. Det är laktobacillerna som gör surdegen sur och jästerna som jäser brödet.

Vad kan gå fel? I en rågsurdeg är det inte mycket. Det har hänt mig att jästen inte riktigt har kommit i gång. Tidigare hände det också att mögel fick fäste på ytan. Den risken minimerar jag numera genom att använda en mycket spädd blandning i början så att det inte finns någon fast yta. När blandningen blivit sur nog att avvärja mögelangrepp kan man göra den tjockare.

I recept står det ofta att jäst och bakteriesporerna i surdegen kommer från luften och att degen ska stå oövertäckt för att släppa in dem. Men precis som det växer naturlig jäst på vindruvsskal finns jäst och bakterier på rågen. Jag har svårt att tänka mig att det som finns i den förorenade luften här på Hornstull är bättre för min surdeg än de råganpassade jäst- och bakteriesporer som redan finns i mjölet. Jag täcker alltid över degen och det fungerar fint.

Dag 2

Inget att göra. Du kan skaka om i burken nu och då när den skiktat sig om du vill. Det kan kännas bra men har knappast någon betydelse för resultatet.

I morgon: fortfarande inget att göra.

Utfodring!



Jag var för upptagen igår för att rapportera om surdegen. Det hände ändå inte särskilt mycket, förutom att blandningen började lukta och smaka trevligt surt. Idag blir det roligare. I vår ursprungliga blandning var viktförhållandet mjöl till vatten ca 1:4. Som jag förklarade tidigare skulle den spädda blandningen förhindra att mögel fick fästa på ytan. Nu är blandningen ordentligt sur och därmed mindre känslig för mögelangrepp. Jag börjar därför gradvis öka viktförhållandet mjöl/vatten så att det närmar sig 1:1. Surdegen ska utfodras!

Dag 4

Surdegsblandningen från dag 1

100 g grovt rågmjöl

1 dl vatten

Blanda ingredienserna. Du får gärna röra om nu och då under dagen.

En surdeg blir vuxen

När vi lämnade surdegen sist var den i tonåren. Den hade börjat utveckla den friska syrlighet och luftighet som den behöver för att fullfölja sin livsuppgift, men saknade ännu en nödvändig fasthet. I dag blir den vuxen.

Vi fördubblar nu mjölmängden men tillsätter endast så mycket vatten att viktförhållandet mjöl till vatten blir 1:1. Vill du öka surdegsmängden ytterligare - och det ska vi - så fortsätter du tillsätta lika mängder mjöl och vatten. Men blandningen blir förstås mindre sur när du tillsätter mera vatten. Späder du ut degen för mycket kan den angripas av mögel och andra oönskade mikroorganismer. En bra tumregel är att du kan fördubbla mängden varje 12 timmar. Har du 300 g surdeg och behöver 1200 g så tillsätter du 150 g var av vatten och mjöl på morgonen och 300 g var av vatten och mjöl på kvällen.

Följande morgon har du 1200 g surdeg som är färdig att användas.

Vi sparar förstås lite av surdegen till nästa bak. Genom att ställa den i kylan bromsar vi upp våra små vänners metabolism. Jag brukar tillsätta ca 25 g var av mjöl och vatten per 100 g surdeg innan jag ställer burken i kylan. Denna extra mängd fungerar som nattmat och som frukost när jag rumstempererar

burken innan jag använder den. Fördubbla sedan surdegen minst en gång innan du försöker jäsa något med den.

Surdeg brukar inte hålla mycket längre än 10 dagar i kylan om du inte tar ut och använder den regelbundet. Vill du spara den längre kan du frysa den, men för mig tar det nästan lika lång tid att återuppliva en fryst deg som att starta en ny. Jag tror nämligen att praktiskt taget alla bakterier och jäster dör. Det fåtal bakterier och jästceller som överlever som sporer kämpar sedan med sporererna i det tillsatta mjölet för att få liv på degen igen. Den enda fördelen med en fryst kontra en ny deg är i så fall att den frysta degen redan är sur. Men jag kan ha fel. Jag brukar i varje fall inte frysa min deg, utan börjar om när jag låtit degen stå för länge.

Dag 5

Surdegen från igår

125 g grovt rågmjöl

1/2 dl vatten

Rör ner mjölet och vattnet i surdegsburken och låt stå ett halvt dygn. Surdegen är nu färdig att användas.

Surdegshemläxa

I morgon bakar jag surdegslimpor. Jag tänkte mig två stycken och mitt recept kräver 800 g surdeg per limpa, dvs totalt 1,6 kilo. Nu har jag ca 500 g färdig surdeg. 100 g sparar jag i kylan, resten fördubblar jag två gånger tills i morgon kväll. Alltså tillsätter jag 200 g var av mjöl och vatten nu och 400 g var i morgon bitti för att baka ut i morgon kväll. Det blir inte riktigt 12-timmars intervaller men nu på sommaren räcker det säkert. Det blir trångt i burken och därför flyttar jag nu degen till en skål.

Surdegsslycka



Hela hemmet är fyllt av underbar surdegdoft. Doften påminner om smält smör, kanske därför att besläktade bakterier svarar för den syrade gräddsmaken i svenskt smör. Brödet som jag har bakat är nästan så enkelt som ett bröd kan vara. Råg, vatten, salt och tålamod är allt som krävs. Resultatet är mycket smakrikt och saftigt, nyttigt och hållbart. Gott som frukostmacka eller som fundament till eleganta förrätter. En vän och f.d. konditor gör världens godaste räkmacka med bröd som hon bakar enligt detta recept.

Jag bakar det i formar eftersom det blir saftigast så. Runda platta limpor med eller utan hål är mer autentiska (om man som jag har finska limpor som förebild) men blir med detta recept lite väl autentiska, dvs segkantade och torra.

Låt gärna brödet mogna i minst ett dygn innan du skär upp det. Det blir både godare och fastare i konsistensen då. Brödet håller sig saftigt och färskt i flera veckor men risken för mögel verkar öka efter en dryg vecka. Frys in eller ännu hellre ge bort om du bakar en stor sats.

Finskt surdegsbröd

(1 limpa)

1000 g rågsurdeg (mjöl och vatten i 1:1, se tidigare inlägg)

200 g rågmjöl

1 dl vatten

1 msk salt

1. Rör om saltet i vattnet så att det löser sig (inte så noga att allt är upplöst). Blanda sedan alla ingredienser väl. Tryck in degen i en brödform. Strö på lite mjöl (eller gärna rågflingor) och täck över. Låt stå i 6-10 timmar. Degen bör då ha jäst till nästan dubbla storleken.

2. Värm ugnen till 175°. Grädda limpan i ca 80 minuter.

3. Stäng av ugnen, ta ut limpan ur formen och låt stå på ugnsgallret på eftervärme i minst en timme. Alkohol i brödet tillåts därmed avdunsta helt. Utan detta steg kan brödet få en otrevlig beska.

Variationer: Rosta 1 msk brödkummin i torr panna och blanda med i degen. Mycket gott!

För ett ännu saftigare och kornigare bröd kan du tillsätta 1 dl rågkross som du blötlagt i 1 dl vatten i 12 timmar (eller kokat i 10 min). Prova också att använda fint rågmjöl i stället för grovt.