



Gyenge Csaba

## Élesztős tészták I.



A követelménymodul megnevezése:  
**Cukrászati termékkészítés**

A követelménymodul száma: 0536-06 A tartalomlelem azonosító száma és célcsoportja: SzT-010-30



## ÉLESZTŐS TÉSztÁK I.

### ESETFELVETÉS–MUNKAHELYZET

Az emberek, évezredek óta fogyasztják a gabonafélék magvait. Eleinte csak nyersen rágcsálták, majd a tűz megismerésével pörköelve fogyasztották. Rájöttek, hogy vízzel elkeverve kását főzhetnek belőle, majd kövek között megőrölve és vízzel elkeverve lepényeket sütöttek a forró köveken. A kovásztalan kenyér valamilyen fajtája szinte minden népcsoport hagyományában megtalálható. A kovász megismerésével és elterjedésével az addig használt tészták lágyabbak, jobban emészthetőbbek lettek, ezért egyre többen kezdték készíteni őket.

Az élesztős tészták a cukrásztészták között, ha rangsort állítanánk fel a felhasználás gyakorisága szempontjából, akkor igen előkelő helyet kapnának. A belőlük készíthető süteményeket, ha fel akarnánk sorolni, a változatok számtalan variációja miatt szinte a lehetetlen volna. Elkészítésük nagy szakértelmet igénylő feladat, ezért egy cukrásznak tisztában kell lennie az egyes tésztatípusok készítési módjával, ismernie kell a felhasználandó alap- és járulékos anyagok tulajdonságait, a készítés során kialakulható tésztahibákat, azok kijavítási módját és az egyes termékek gyártástechnológiai sorrendjét.



1. ábra Élesztős tészta

Ebben a munkafüzetben a gyúrt és kevert élesztős tészta készítésén kívül, megismerkedhetünk néhány uzsonnasütemény készítésével. Az uzsonnasütemények készítésének ismerete a modulrendszerű szakképzésben nem tartozik szervesen ebbe a tananyagelembe, de kiegészítő anyagként megkönnyíti és átláthatóbbá teszi a tanulást.

## SZAKMAI INFORMÁCIÓTARTALOM

### CUKRÁSZTÉSZTÁK

#### A tésztakészítés

Különböző mechanikai műveletekkel előállított egynemű keveréket, melyhez legtöbbször lisztet is felhasználunk, tésztának nevezzük. A tésztákat állag szerint három csoportba tudjuk sorolni.

- képlékeny tészták
- morzsalékos tészták
- habos tészták

#### Lazítási módok

A tészták készítésekor a könnyebb szerkezet és a nagyobb élvezeti érték elérésért különböző lazítási módokat alkalmazunk.

#### Biológiai lazítás

A tésztakészítés során tésztába mikroorganizmusokat juttatunk, melyek megfelelő életkörülmények között szaporodásnak indulnak. A legtöbbet használt biológiai lazítószer a sütőélesztő. Az élesztő a tésztába kerülve – megfelelő hőmérséklet és tápanyag biztosítása mellett – a szénhidrátot lebontja etilalkoholra és széndioxid gázra. A képződött gáz lazítja a tészta szerkezetét. (Bővebb információt az élesztőről "az élesztős tészták alapanyagai" c. részben talál!)

#### Vegyszeres lazítás

A lazítóanyagot (sütőpor, szalakáli, szódabikarbóna, stb) a tésztakészítés utolsó fázisában adjuk a tésztához. Folyadék és hő hatására gáz képződik a tésztában, aminek következtében a tészta lazább szerkezetű lesz.

#### Zsiradékos lazítás

A zsiradék hozzáadása a tésztához javítja a tészta nyújthatóságát, az elkészült termék állománya omlós, morzsalékos lesz. A tésztához adott tojássárgája a magas lecitin tartalma miatt javítja a tészta állományát.

### Habos lazítás

A habbá vert tojásfehérjével végezzük a lazítást, melytől a tészta állománya sütés után szivacsos szerkezetű, rugalmas állományú lesz. A tojásfehérje levegő felvevő képességét a zsiradék rontja. A zsíros eszközzel vagy tojássárgájával vegyített fehérjével végzett habverés sokkal kevesebb térfogatú habot eredményez.

### Mechanikai lazítás

Az elkészített tésztába zsiradékot helyezünk el, melyet kinyújtás után egymásra rétegezzük. Sütés közben a zsiradéknak köszönhetően a lisztes tésztareszek egymástól elválhatnak, a tészta leveles, laza szerkezetű lesz.

### **Cukrásztészták csoportosítása**

A cukrásztésztákat készítési műveletek, összetételük és lazítási módjuk szerint az alábbi csoportokba tudjuk besorolni.

- élesztős tészták
  - gyúrt élesztős
  - kevert élesztős
  - hajtogatott élesztős
  - omlós élesztős
- omlós tészták
  - gyúrt omlós
  - kevert omlós
- vajas tészták
- felvert tészták
  - könnyű felverték (hideg és meleg úton készítve)
  - nehéz felverték (hideg és meleg úton készítve)
- forrázott tészták
- hengerelt tészták
- egyéb, más csoportba nem sorolható tészták

## **AZ ÉLESZTŐS TÉSZTÁK ALAPANYAGAI**

Liszt

Az élesztős tészták egyik legfontosabb alapanyaga a liszt, ami nem más mint a gabonaszem őrleménye. A sütőcukrászatban a liszten mindig búzalisztet értünk. A megfelelő liszt kiválasztása és előkészítése egy cukrász számára nagyon fontos feladat. A liszt minőségét a sikértulajdonsága, hamutartalma és szemcsenagysága határozza meg. Az élesztős tésztákhoz főként finomlisztet (BL-55) használunk. A cukrászatban ritkán használunk más gabonából készült liszteket (pl. rizsliiszt, rozsliiszt, kukoricaliszt). A kiválasztott lisztet a a felhasználás előtt minőségi ellenőrzésnek kell alávetnünk. Az egyik ilyen könnyen elvégezhető vizsgálat a liszt szagának vizsgálata. Termékkészítéshez csak idegen szagtól mentes lisztet használjunk fel. Ha a liszt szaga állott vagy dohos, próbáljuk meg többször jól átszellőztetni, átszitálni. Ha továbbra is érezzük az ideg szagot, ne használjuk fel a lisztet. A másik könnyen elvégezhető vizsgálat az íz vizsgálata. Ha zavaró, nem a lisztre emlékeztető ízt érzünk kóstoláskor, akkor azt a lisztet ne használjuk fel termékkészítéshez.



*2. ábra Liszt*

Egy rutinos szakember a liszt sikrér tulajdonságainak vizsgálatát is elvégzi, majd az eredmények függvényében osztályozza a lisztet felhasználhatósága szerint. A lisztet az élesztős tészták készítéséhez minden esetben át kell szitálni, ha a tárolása szobahőmérséklet alatt volt, akkor elő is kell melegíteni. Az átszitált liszt lazább szerkezetű, csomó és idegen anyagtól mentes lesz. A legjobb tárolási és kezelési körülmények között is előfordulhat, hogy a liszt tartalmaz szövetszálakat, papírdarabokat, melyek csomagolás megbontásakor kerülhet az anyagba. Ezért ezt a műveletet minden esetben végezzük el.

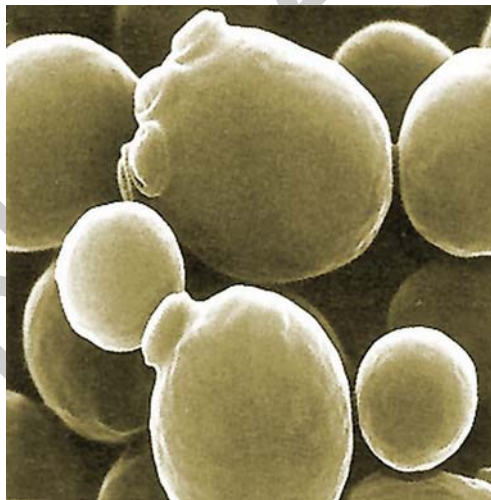
### **Élesztő**

Az élesztős tészták lazításához használt élesztő egy egysejtű, mikroszkópikus gomba. Az élelmiszeriparban használatos élesztőgomba színe világosbarna, frissen rugalmas tapintású, jellegzetes szagú és ízű termék. Kereskedelmi forgalomban kapható frissen, fagyasztva és szárított formában.



3. ábra Friss élesztő

A legelterjedtebb a friss élesztő használata, amit felbontás után jól záródó csomagolásban kell tárolni. A kiszáradt élesztő színe sötétbarna, kézzel könnyen morzsálható. Az ilyen élesztőt az élesztős tészták készítéséhez ne használjunk fel. Az élesztő a megfelelő táptalajba jutva szaporodásnak indul, élettevékenysége kapcsán a szénhidrátot lebontja etilalkoholra és széndioxid gázra.



4. ábra Élesztő gomba

A keletkezett gázt a tésztában dagasztás közben kialakult sikrerváz visszatartja, így a tészta térfogata megnő, kialakul a térhálós szerkezet. Az élesztő aktivitását a zsiradék erősen gátolja. Az 5%-nál zsírosabb tésztákban már észrevehetően csökken tevékenységük. Az élesztős tészták íze nyersen kissé alkoholos, erjedt ízű.

### Zsiradék

Az élesztős tészták készítéséhez zsiradékként leggyakrabban vajat használunk.



5. ábra Vaj

A vajjal készített tészta a legfinomabb, bár napjainkban sokkal elterjedtebb a különböző margarínok használata. Ezekén kívül ritkán használunk egyéb más zsírokat pl. libazsír, sertészsír. Napjainkban forgalmazott zsiradékok különösebb előkészítést nem igényelnek. Az élesztős tésztákhoz használt zsiradékok a felhasználáskor legyenek szobahőmérsékletűek, így a tésztában jobban el tudjuk oszlatni. A felhasználás előtt a zsiradékok minőségét ellenőriznünk kell. A leggyakoribb hiba lehet a zsiradékokkal kapcsolatban, hogy ízük avas, állott. Ezen esetleg átsütéssel javíthatunk. Ha így sem csökkent az avas íz, akkor ne használjuk fel a tésztakészítéshez.

### Folyadék

Az élesztős tésztákhoz leggyakrabban folyadékként tejet, ritkán vizet használunk. A tej említésekor mindig a szarvasmarha tejére gondolunk. Különleges táplálkozási igényű emberek részére készíthetjük tésztánkat rizstejjel vagy szójatejjel. Régebben a cukrászatokban friss tejet használtak, manapság az egyszerűbb tárolás és a hosszú minőségmegőrzési idő miatt UHT csomagolású tejet használnak. Ez némileg egyszerűbbé teszi a cukrászok munkáját, hiszen nem kell gyakorta forrással minőségellenőrzést végezni. Az élesztős tésztákhoz használt folyadékot felhasználás előtt langyosítsuk meg.

### Tojás

A legtöbb élesztős tésztához nem egész tojást, hanem csak a tojás sárgáját használjuk fel. Itt meg kell említenünk, hogy a tojás szó hallatán mindig csak a tyúktojásra gondolunk. Használhatunk fertőtlenített friss tojást, tojáslevet vagy tojásport.



6. ábra Tojás

A felhasználás előtt ellenőrizzük a tojás vagy tojáskészítmény minőségét. A romlott tojás szaga szúrós, állománya hígan folyós.

1 db átlagos súlyú tojás egész tojás súlya = 50 g

1 db átlagos súlyú tojás fehérjéjének súlya = 30 g

1 db átlagos súlyú tojás sárgájájának súlya = 20 g

### Édesítőszer

Az édesítéshez általában porcukrot használunk, mert tökéletesebben oldódik a tésztában, mint a kristálycukor. – Bővebb információt találhat a cukorról és előkészítő műveleteiről a cukorkészítmények c. munkafüzetben. – A cukrot helyettesíthetjük nádcukorral, hárs cukorral, ritkán mézzel vagy mesterséges édesítőszerekkel, illetve sós tészta esetében akár teljesen elhagyhatjuk.

### Só

Fontos szerepet játszik a termék végleges ízének kialakításában. Az édes tészták készítésénél is mindig kell, használunk sót. A só nélküli tészta íze jellegtelen, szinte élvezhetetlen, színe sápadt, világos

## AZ ÉLESZTŐS TÉSZTÁK JÁRULÉKOS ANYAGAI

### Fűszerek, zamatosító anyagok

Az ízesítésre használt fűszereket, ízesítőket a felhasználás előtt fel kell aprítanunk vagy meg kell őrölnünk. Ilyenek lehetnek például: fahéj, bors, paprika, friss zöldfűszerek, stb. A vaníliarúd használatakor kettéhasítjuk, magját kikaparjuk és a maradék magot a porcukorral átgúnyva tudjuk a termék héjából kiszedni.





7. ábra Vanília rúd

Vannak olyan ízesítő anyagok, melyeket a felhasználás előtt le kell reszelni. Ilyen lehet pl. a citrusfélék héjrésze, esetleg kemény fűszernövények vagy egyéb ízesítő anyagok (gyömbér, szerecsendió, fokhagyma, parmezán sajt, stb.).



8. ábra Citromháj reszelék

Ízesítésre használhatunk mesterségesen előállított anyagokat – pl. kristályvanillin – is, melyek különösebb előkészítő műveletet nem igényelnek.

## AZ ÉLESZTŐS TÉSZTÁK CSOPORTOSÍTÁSA

Az élesztős tésztákat készítési módjuk és összetételük alapján négy csoportba tudjuk sorolni:

- gyúrt élesztős tészta
- kevert élesztős tészta
- hatogatott élesztős tészta
- omlós élesztős tészta

## A GYÚRT ÉLESZTŐS TÉSZTA KÉSZÍTÉSE

A gyúrt élesztős tészta alapanyagait a készítés során gyúrással egyneműsítjük. Az alap gyúrt élesztős tészta anyaghányada:

- liszt            1000 g
- porcukor       100 g
- vaj              100 g
- élesztő         40 g
- tojássárgája   80 g ( kb.4 db)
- tej               500 ml
- só                10 g

### Előkészítés

Az elkészítés első lépése az alap és járulékos anyagok megfelelő előkészítése. A fent megismert módon minden szükséges alap- és járulékos anyagot a termeléshez szükséges állapotba hozunk, előkészítünk.

### Kovász készítése

A kovász vagy más néven előtészta készítését a kimért alapanyagokból készítjük el. Az élesztőt a folyadék kb.1/3-ad részében feloldjuk, majd annyi lisztet teszünk bele, hogy a keverék tejföl sűrűségű legyen. Édes tészták esetében tehetünk a kovászbba kevés cukrot.



*9. ábra Kovász készítése*

Tetejére lisztet szórunk és meleg helyen érleljük. Az érlelés során a kovász térfogata megnő, a rászórt liszt berepedezik. Ha kovász a kétszeresére megnő, ujjunkkal óvatosan nyomjuk meg a tetejét. Ha szerkezete rugalmatlan, akkor a kovász további feldolgozásra alkalmas. Előfordulhat, hogy a kovász túlérlik, annak jele, hogy a kovásznak összeesik. Az ilyen kovászt a tervezettnél nagyobb tésztába dolgozzuk el. Az éretlen kovász rugalmas állományú. A teljes beérésig folytassuk az érlelést. A kovász érését gyorsíthatjuk, ha hígabb kovászt készítünk és az érlelést melegebb helyen végezzük.

### A tészta begyúrása

A maradék lisztet – amit nem használtunk fel a kovász készítéséhez – keverjük össze a sóval és készítsünk a közepébe mélyedést. Kaparjuk a kovászt a lisztből készített fészek közepébe, tegyük hozzá a többi megmaradt anyagot a folyadék kivételével és dagasszuk be a tésztát.



*10. ábra Tésztagyúrás*

A tészta dagasztását addig folytassuk, amíg a tésztánk elválik a munkaasztaltól vagy a gépi üst falától. Ha kis mennyiséget készítünk a dagasztást a fából készített munkaasztalon végezzük. Ha nagyobb mennyiséget készítünk, akkor használjunk gépet.



*11. ábra Keverőgép tésztagyúró karjai*

A dagasztógép nagyban megkönnyíti munkánkat, de a tanulás időtartama alatt kézzel készítsünk, tésztát, hogy a megfelelő tésztaállagot megismerjük.

### A tészta kelesztése

A begyúrt tésztát tálba tesszük, melyet előzőleg vékonyan liszttel beszórnunk. A tálba helyezett tésztát meleg helyen (30–40°C-on, 30–40 percig) letakarva kelesztjük. Ha olyan terméket készítünk, amihez sodornunk kell a tésztát, pl. fonott kalács vagy barhesz, akkor a kelesztéshez használt edényt ne liszttel szórjuk be, hanem olajjal vékonyan kenjük be. Így tésztánk a kisodráskor nem fog ráncosodni.



12. ábra Megkelt mazsolás kalács tésztája

### Szellőztetés

A kelesztés alatt a tészta térfogata jelentősen megnő, a tésztában az oxigén molekulák mennyisége csökken, az élesztőgombák tevékenységéhez nem elegendő. Ezért a tésztát néhány mozdulattal átgyúrjuk, így juttatjuk levegőhöz a tésztát.

### Újbóli kelesztés

A szellőztetés után megismételjük a kelesztés műveletét. A megkelt tészta állománya rugalmas, jól sodorható, nem ragacos. A jelentősen megnövekedett térfogata jelzi számunkra, hogy feldolgozásra kész érettségi fokon van.

### Feldolgozás

A feldolgozás során a megkelt tésztát daraboljuk, a készítendő sütemény fajtájának megfelelő egységekre felosztjuk.



13. ábra Tészta darabolása

A kapott tézsdarabokat nyújtással, sodrással, vágással, tekeréssel, töltéssel, fonással, stb. műveletekkel megformázzuk, szükség szerint tojással lekenjük. A tészta a feldolgozás folyamatában nyeri el a termékre jellemző alakját.

#### Kelesztés

Az előkészített terméket újból meleg helyen érleljük. A kelesztés folyamán ügyeljünk arra, hogy ne legyen túl meleg a kelesztő helyiség, mert akkor tésztánk külső része hirtelen megkel, a belseje pedig keletlen marad. A kelesztést követően a terméket – ha szükséges újból megkenjük tojással, felületét megszórjuk az előírt beszóró anyaggal – süthetjük.

#### Sütés

A sütést előmelegített sütőben 180–200°C-on végezzük, 10–45 perc között. A sütés idejét természetesen befolyásolja az elkészült termék nagysága. /Egy 50g-os brióst kevesebb ideig kell sütnünk, mint egy 1000 g-os fonott kalácsot./ A sütés során a termék elnyeri végleges alakját, a termék fogyaszthatóvá és élvezhetővé válik, kialakul kérge és bőszerkezete.

### **A GYÚRT ÉLESZTŐS TÉSZTÁBÓL KÉSZÍTHETŐ UZSONNASÜTEMÉNYEK**

#### *Fonott kalács*

*A tésztát a tanultak szerint elkészítjük, a második kelesztés után a felosztjuk a kívánt méretre. Egy darab 500 g-os fonott kalácshoz 580– 600 g nyers tésztát kell számolnunk. A felosztott darabokat liszt mentes faasztalon kisodorjuk, megformázzuk és sütőlemezre helyezük. Tetejét tojással megkenjük és megkelesztjük. Sütés előtt másodszor is lekenjük fonatonként a kalácsot és előmelegített, enyhén gőzös sütőben kb.190°C-on megsütjük.*



14. ábra Fonott kalács

### Briós

A briós tésztájának készítése megegyezik a kalács készítésével. A felosztáskor egy darab brióshoz kb.60 g nyers tésztát számolunk. A tészta alakításánál a kisodort szálakból készíthetünk fonott brióst, csavart kifli alakú brióst, S alakú vagy csigavonalú tekert briósokat. Szokás az S alakú és csigavonalú lekent briósokat sütés előtt kristálycukorral vagy dekorcukorral megszórni.

### Barhesz (Barchesz)

A zsidó emberek az ünnepeiken és szombaton kenyér helyett fogyasztják, a kalácshoz hasonló barheszt. Készítésére igen sokféle receptet találhatunk. A két legelterjedtebb készítési mód abban különbözik egymástól, hogy az egyik tartalmaz főtt, áttört burgonyát és egy kevés cukrot. A másik fajta általában nem teszünk cukrot. Azonban mindegyik készítési mód megegyezik abban, hogy tej helyett vízzel gyúrjuk a tésztát. A tészta elkészítése a kalács elkészítésével azonos, a formázás és kelesztés után a második kenéskor a tetejét egész mákkal megszórjuk.

### Molnárka (szendvicsbriós)

Szendvicsek készítéséhez használják a hajócska vagy félgömb alakú, brióstésztából készült, többnyire 50 g-os méretben készített molnárkákat. A félgömb alakú molnárkát szokták puffancsnak vagy bucinak is nevezni.

### Diós vagy mákos kalács

Lágyabb kalácstésztát készítünk, a második kelesztés után a tésztát lisztezett munkaasztalon kinyújtjuk, olvasztott vajjal megkenjük és cukorral elkevert darált diót vagy mákot szórunk a tésztára, majd feltekerjük. Tetejét tojással megkenjük, megkelesztjük. Sütés előtt újból lekenjük tojással és előmelegített sütőben 180°C-on megsütjük. A teljes kihűlés után vágjuk fel 2–3 cm vastag szeletekre.



15. ábra Mákos kalács

#### *Kürtős kalács*

*Az Erdélyből származó különleges kalácsot eredetileg faszénparázs felett forgatva sütötték. Az elkészített kalácstésztát kinyújtjuk, 2–3 cm vastag csíkokra felvágjuk a tésztát, feltekerjük hézagosan egy vajjal vékonyan megkent fa hengerre. Az asztalon a hengert átsodorjuk, így a tésztacsíkok egymáshoz érnek. A tésztát vajjal megkenjük, és cukros dióba forgatjuk. Mostanában készítenek nagyon sokféle ízesítéssel kürtőskalácsot. Ilyen lehet például a fahéjas, kókuszos, mogyorós, stb. ízesítésű kalács. A sütést végezhetjük faszénparázs felett vagy infrásütőben a lényeg, hogy a hengereket folyamatosan forgatni kell körbe.*



16. ábra Kürtőskalács

#### *Ökörszem*

*Az elkészített briós tésztát kinyújtjuk, 10 cm átmérőjű kiszúróval kiszúrjuk, felületét tojással megkenjük és a korongok közepére túró-tölteléket halmozunk. A tölteléket úgy helyezzük el, hogy a tésztakorongok szélei szabadon maradjanak. A töltelékkel előkészített süteményeket megkelesztjük, sütés előtt széleiket újból megkenjük tojással és előmelegített sütőben 180°C-on készre sütjük.*

#### *Francia briós*

*A formában sült francia süteménykülönlegesség egyedi receptúra szerint készül. A kalácstésztahoz képest legjelentősebb változás, hogy legalább háromszoros zsiradékmennyiséggel készítjük. A formázásnál a tészta 90%-át kigömbölyítjük és az előzetesen kiszírozott formákba tesszük a megmaradt tésztarészből cseppalakot formázunk, melyet a félig megkelt sütemény tetejébe nyomunk. Tetejét tojással megkenjük és előmelegített sütőben 180–190°C-on aranybarnára sütjük.*



17. ábra Francia briós

#### *Bukta*

*A megkelesztett lágyabb kalácstésztát kinyújtjuk, téglalapalakúra felvágjuk és sütésálló gyümölcsízrel vagy túró-töltelékkel megtöltjük. Két szélét behajtuk és feltekercsük. A süteményeket olvasztott vajjal megkenjük, és egymáshoz szorosan helyezük peremes sütőlemezre. Ezt a süteményt cukrászdai kínálatban ritkán találjuk meg. Főleg olyan helyeken készítik, ahol ebédeltetés is folyik.*

## **A KEVERT ÉLESZTŐS TÉSztA KÉSZÍTÉSE**

A kevert élesztős tészta elkészítése nagyon hasonló a gyúrt élesztős készítéséhez. Az elkészítés során a kovász készítésével kezdjük a munkát, majd a megismert műveleteket végezzük tovább. A kevert élesztős tészta alapreceptje a következő:

- liszt                    1000 g
- porcukor                200 g



## ÉLESZTŐS TÉSZTÁK I.

- vaj 200 g
- élesztő 60 g
- tojássárgája 120 g ( kb.6 db)
- tej 600 ml
- só 20 g

A receptúrából látszódik, hogy a készítéshez több vajat, több cukrot és több folyadékot használunk fel, mint a gyúrt élesztős tésztához. A felsorolt anyagok a tésztát ellágyítják, így kézzel való gyúrésa nem megoldható. A tésztakészítést keveréssel végezzük. Az elkészült tésztát szellőztetjük, kelesztjük, formázzuk és sütjük. A tészta lágysága miatt a kevert élesztős tésztából készült süteményeket legtöbbször formában sütjük.



18. ábra Kuglóf sütőforma

A gyúrt élesztős tésztával ellentétben nem alaktartó. Ha például kevert élesztős tésztából készítenénk fonott kalácsot, akkor a kelesztés és sütés végén nem látszódnának a fonatok. A sütést előmelegített sütőben 180–190°C-on végezzük két ütemben. A két ütem azt jelenti, hogy először melegebb enyhén gőzös sütőben sütjük, majd alacsonyabb hőmérsékleten, gőzmentes sütőtérben folytatjuk és fejezzük be a sütést. Van olyan kevert élesztős tésztából készült termék, melyet nem sütőben, hanem forró olajban sütünk meg pl. a farsangi fánk.

### **A KEVERT ÉLESZTŐS TÉSZTÁBÓL KÉSZÍTHETŐ UZSONNASÜTEMÉNYEK**

#### *Kuglóf*

*A szokásos módon elkészítjük a kevert élesztős tésztát és megkelesztünk. A kelesztés után a tésztát kisodorjuk vagy kigömbölyítjük. (Ha csöves középső kuglófformát használunk, akkor döntünk a sodrás mellett, mert így könnyebb a tésztát a formába helyezni.) A kialakított tésztát az előzetesen leragadásgátló spray-vel kifújtt formába helyezzük úgy, hogy a 2/3-ad részéig töltsse meg a formát. Az így előkészített kuglófokat újból megkelesztjük és előmelegített sütőben 180°C-on megsütjük. A sütésnél ügyeljünk arra, hogy a kuglóf jól átsüljön.*



19. ábra Kuglóf

Leggyakrabban sima vaníliás kuglófot készítünk citromhéjjal és mazsolával, de ízesíthetjük kuglófunkat kakaóval, csokoládéval vagy esetleg fahéjjal. A többszínű tésztával készült kuglófokat úgy készítjük, hogy a begyúrás után rögtön kétfelé szedjük a tésztát és az ízesítő anyagot belegyúrjuk. A kelesztés után mindkét tésztát kisodorjuk, a tésztaszálakat összetekerjük és így helyezük formába.

#### Farsangi fánk

A megkelesztett kevert élesztős tésztát – melyhez a szokásosnál kevesebb cukrot használunk – lisztezett munkaasztalon kinyújtjuk. Lisztbe mártott, 8–10 cm átmérőjű kiszűrővel kiszűrjük és 20 percig letakarva kelesztjük. Forró zsiradékban mindkét oldalát megsütjük. A fánkokat oldalról vékonycsöves nyomzsák segítségével megtöltjük. A töltéshez használhatunk rummal ízesített barackíz vagy ízesített pudingkrémet. A töltés után a fánkokat porcukorral meghintjük.

#### Dán kifli

A megkelesztett tésztát kinyújtjuk, tíz centiméteres csíkokra felvágjuk, melyeket egyenlőszárú háromszögre darabolunk. A háromszögek aljára forrázott diótölteléket vagy gesztenyetölteléket teszünk, feltekerjük és kifli alakúra formázzuk. Kelesztjük, előmelegített enyhén gőzös sütőben 180°C-on megsütjük. Sütés után a tetejét porcukorral meghintjük vagy hígított fehér fondánnal átkenjük.

## A GYÚRT ÉS KEVERT ÉLESZTŐS TÉSZTÁK KÉSZÍTÉSEKOR ELŐFORDULÓ TÉSZTAHIBÁK

A tésztakészítés során felléphetnek különböző tésztahibák, melyeket a gyártás során megpróbálunk korrigálni. Ha ismerjük a javítási lehetőségeket, akkor nem kell újból elkészítenünk a tésztát drága alapanyagokból, hanem a meglévő tésztánkat tudjuk "megmenteni". Egy jó szakembernek tudnia kell javítani ezeket a hibákat, mivel bármikor előfordulhatnak.

a, A tészta lassan vagy egyáltalán nem kel meg.

- Ha a tészta egyáltalán nem kel meg, akkor valószínűleg az élesztőt a kovász készítésekor túlságosan meleg tejjel leforráztuk. A leforrázott élesztő inaktívvá válik.
- Ha a kovászt hideg tejjel készítjük, vagy hűvös helyen kelesztjük a tészta nagyon lassan fog megkelni.
- Ha a tészta tömegéhez képest kevés élesztőt használunk a készítésekor, akkor a tészta nehezen fog megkelni.
- Ha a kovász készítésekor az élesztő közvetlenül sóval érintkezik, a tésztánk egyáltalán nem fog megkelni.

b, A termék sütés után színtelen lesz.

- Az elkészítéshez kevés sót használtunk. Ha egyáltalán nem használtunk só a tészta készítésekor, akkor nem csak a színe lesz halvány, de az íze is élvezhetetlen lesz.
- Ha tojással nem kenjük le a terméket, akkor sütéskor színtelen lesz süteményünk.
- Kevés cukrot használtunk a készítéshez.
- A sütő hőmérséklete nagyon alacsony volt.

c, A fonott készítmények fonatai repedtek, egybefolytak vagy ráncosak.

- Ha lisztes munkaasztalon sodorjuk ki tésztánkat, akkor felülete ráncos lesz.
- Kelesztéskor a tészta felülete kiszáradt. Ezt a kelesztő megfelelő páratartalmának beállításával kiküszöbölhetjük.
- A túlkelesztés következménye lehet, hogy a fonatok összefolynak.
- Repedezett lesz a készítményünk, ha nagyon szorosan fontuk meg a süteményünket, vagy ha keletlenül tesszük a sütőbe.

## A GYÚRT ÉS KEVERT ÉLESZTŐS TÉSZTÁK KÉSZÍTÉSÉHEZ HASZNÁLHATÓ GÉPEK, BERENDEZÉSEK ÉS AZOK ELŐKÉSZÍTŐ MŰVELETI ÉS MUNKAVÉDELMI ELŐÍRÁSOK

A tésztakészítéskor az alap- és járulékos anyagok előkészítésén kívül fontos feladat az eszközök és gépek előkészítése. A jól előkészített eszközök és gépek nagyban megkönnyítik a munkánkat. Az egyik legfontosabb feladat a **sütő** és a **kelesztő szekrény** hőmérsékletének és páratartalmának beállítása. Nagyobb mennyiségű tészta készítésekor használjunk **dagasztógépet** vagy **keverőgépet** a megfelelő gyúrókar kiválasztásával. Szintén nagymennyiségű tészta készítésekor használjuk az **osztógépet**, mely a legtöbb esetben a tészta gömbölyítését (virgolását) is elvégzi. A kelt tészták megmunkálásakor javasolt a fa **munkaasztal** használata, mivel a fém vagy márvány asztalok túl hideg felületűek, ezért lassítják a kelesztés folyamatát. Az egyes készítmények készítésekor használhatunk **formákat**, melyeket előzetesen kikenünk zsiradékkal és liszttel beszórunk, vagy leragadásgátló spray-vel kifújunk.

A gépek, eszközök használatakor mindig tartsuk be a munkavédelmi előírásokat:

A munkavégzéshez biztosított eszköz, gép jó munkavégzéshez szükséges állapotáról a használat előtt meg kell győződni

A biztosított védőfelszerelést vagy használni kell és elvárható módon tisztán kell tartani

A munkaterületen rendet kell tartani

Tilos olyan ruházatot és egyéb kiegészítőt viselni, mely a munkavégzést veszélyezteti

A munkavégzés alatt bekövetkezett üzemzavart, egyéb különös eseményt jelenteni kell

Munkabaleset esetén a munkavédelmi oktatáskor megtanult teendőket kell végrehajtani, a megszerzett ismereteket időszakosan fel kell frissíteni

A teheremelés szabályait mindig be kell tartani

A forgó képekre vonatkozó előírásokat be kell tartani

## TANULÁSIRÁNYÍTÓ

1. Az eddig tanultak rendszerezésére készítsen az alábbi helyen folyamatábrát a gyúrt és kevert élesztős tészta készítéséről. A folyamatábrát úgy készítse el, hogy jól látszódjanak a gyúrt és kevert élesztős tészta gyártástechnológiai különbségei. Az elkészült folyamatábrát elemezzék ki a tanórán.



2. Végezzen kutatómunkát, hogy az élelmiszeriparban hol és mire használják a sütőélesztőt! Kutatásának eredményét vázlatosan rögzítse!



3. Ön egy cukrászműhelyben dolgozik és azt a feladatot kapta, hogy készítse 6,5 kg gyúrt élesztős tésztát. A receptúra segítségével számolja ki, hogy melyik alapanyagból, mekkora mennyiségre van szükség. A megoldást ellenőrizték a tanórán!

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

4. Válasszon magának egy párt! Keressenek az interneten olyan gyúrt vagy kevert élesztős tésztából készült süteményeket, melyek valamelyik európai országban közkedveltek. A kiválasztott sütemények készítéséről tudjanak meg minél többet, az összegyűjtött információkból készítsenek 4 perces kiselőadást. Egy két fős csoportnak, 2 darab terméket kell bemutatni.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## ÖNELLENŐRZŐ FELADATOK

1. Az alábbi táblázatban lévő műveleteket, a gyúrt élesztős tészta készítésének megfelelően állítsa a helyes sorrendbe.

Tésztakészítés műveletek	Sorrend
Szellőztetés, átgúrás	
Formázás	
Kelesztés, pihentetés	
Kovászkészítés	
Kenés, pihentetés	
Kelesztés	
Alap- és járulékos anyagok előkészítése	
Tésztakészítés	
Sütés	
Kovász érlelése	
Kelesztés, pihentetés	

2. Töltse ki az alábbi táblázat hiányzó adatait!

A gyúrt élesztős tészta alapanyagainak megnevezése	mennyiség
Liszt	2000 g
vaj	
Tej	
	80 g
Tojássárgája	

só	
	200 g

**3. Röviden mutassa röviden a biológiai lazítás lényegét!**

MUNYVANYAG

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**4. Ismerősei az alábbi kérdésekkel fordultak Önhöz. Válaszoljon levélben a feltett kérdésekre röviden.**

A. Erzsébet kérdezte: " Készítettem fonott kalácsot, de sajnos a tésztám nagyon keletlen lett. Mi lehetett a hiba oka?"

MUNYVANYAG

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

B. Cecília kérdezte: " Készítettem farsangi fánkot, de sajnos mikor ettük azt tapasztaltuk, hogy nagyon olajos a tészta. Mi lehetett a hiba oka?"



## ÉLESZTŐS TÉSZTÁK I.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

C. Mária kérdezte: "Francia brióst készítettem, de sajnos kifolyt sütés közben a formából és a megsült süteményem túl világos, színtelen lett. Mi lehetett a hiba oka?"

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

5. Az élesztős tésztáknak milyen csoportjait ismerjük?

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

## MEGOLDÁSOK

1. Az alábbi táblázatban lévő műveleteket, a gyúrt élesztős tészta készítésének megfelelően állítsa a helyes sorrendbe.

Tésztakészítés műveletek	Sorrend
Szellőztetés, átgúrázás	6
Formázás	8
Kelesztés, pihentetés	5
Kovászkészítés	2
Kenés	10
Kelesztés, pihentetés	9
Alap- és járulékos anyagok előkészítése	1
Tésztakészítés	4
Sütés	11
Kovász érlelése	3
Kelesztés, pihentetés	7

Megjegyzés: Az azonos műveletek számozása felcserélhető!

2. Töltse ki az alábbi táblázat hiányzó adatait!

A gyúrt élesztős tészta alapanyagainak megnevezése	mennyiség
Liszt	2000 g
Vaj	200 g
Tej	1000 ml
Élesztő	80 g
Tojássárgája	160 g (8 db)

## ÉLESZTŐS TÉSZTÁK I.

Só	20 g
Porcukor	200 g

### 3. Röviden mutassa be röviden a biológiai lazítás lényegét!

A biológiai lazítás elvégzéséhez élesztőre van szükségünk. Az élesztő egy mikroszkópikus gomba, mely a megfelelő táptalajba jutva szaporodásnak indul. A tésztába jutva az ott található szénhidrátot lebontják etilalkoholra és széndioxid gázra. A keletkezett gázt a tésztában kialakult sikkváz visszatartja, ezáltal a tészta szerkezete lazább lesz.

### 4. Ismerősei az alábbi kérdésekkel fordultak Önhöz. Válaszoljon a feltett kérdésekre röviden.

A. Kedves Erzsébet. A feltett kérdésre az alábbiakat tudom válaszolni. Ha a tészta nem kelt meg, annak több oka is lehet.

1. Az élesztő a tésztakészítés során közvetlenül találkozott a sóval.
2. Ha egyáltalán nem kelt meg a tészta, akkor kováskészítéskor a tej lehetett túl forró, így inaktívvá vált az élesztő.
3. A tészta tömegéhez képest túl kevés élesztőt használt.
4. A tésztát hűvös helyen kelesztette

Ha legközelebb fonott kalácsot készít, a fent említett hibalehetőségek kizárásával biztosan jó terméket tud majd készíteni.

B. Kedves Cecília. Amikor farsangi fánkot készített elkövette azt a hibát, hogy a sütéshez használt olaj nem volt elég meleg, ennek hatására a tészta sütés közben megszívta magát olajjal.

C. Kedves Mária. A franciabriós azért folyhatott ki a formából, mert nagyon lágy lehetett a tészta, vagy túl sok tésztát tett a formákba. Az, hogy a termék túl világos lett sütés után, annak több oka is lehet. Az egyik lehetséges ok, hogy kevés cukrot tett a tésztába, a másik pedig az, hogy nem tett sót a tésztába. Ezekon kívül lehet még a probléma oka, a sütő nem megfelelő hőmérsékletének kiválasztása vagy a termék felületének tojással való lekenésének hiánya. Ha a receptúrát pontosan méri össze, és betartja a gyártástechnológiai előírásokat, akkor nem fordulhat elő ilyen jellegű probléma.

## IRODALOMJEGYZÉK

### FELHASZNÁLT IRODALOM

dr. Dunszt Károly – Gyenge Csaba: Cukrászati ismeretek. Képzőművészeti Kiadó Budapest, 2009

Földes–Ravasz: Cukrászat. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, Budapest, 1979

### AJÁNLOTT IRODALOM

dr. Dunszt Károly – Gyenge Csaba: Cukrászati ismeretek. Képzőművészeti Kiadó Budapest, 2009

MUNKANYAG

A(z) 0536–06 modul 010–es szakmai tankönyvi tartalomeleme felhasználható az alábbi szakképesítésekhez:

A szakképesítés OKJ azonosító száma:	A szakképesítés megnevezése
33 811 01 0000 00 00	Cukrász
33 541 05 1000 00 00	Pék-cukrász

A szakmai tankönyvi tartalomelem feldolgozásához ajánlott óraszám:

15 óra

MUNKANYELVI ANYAG

MUNKANYAG

A kiadvány az Új Magyarország Fejlesztési Terv  
TÁMOP 2.2.1 08/1-2008-0002 „A képzés minőségének és tartalmának  
fejlesztése” keretében készült.

A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap  
társfinanszírozásával valósul meg.

Kiadja a Nemzeti Szakképzési és Felnőttképzési Intézet

1085 Budapest, Baross u. 52.

Telefon: (1) 210-1065, Fax: (1) 210-1063

Felelős kiadó:

Nagy László főigazgató