

# Не пельменем единым жив программист или история о том, как все успеть



По заявкам трудящихся и в связи с переносом — возвращаю пост, который многих порадовал. Надеюсь НЛЮ будет не против.

На написание этого поста меня сподвиг замечательный пост [«За что конкретно я ненавижу некоторых отдельно взятых маркетологов — или как айтишник по магазинам ходил»](#). Сразу хочу извиниться за возможные опечатки — пишу с планшета, сидя в микроавтобусе и вытягивая сеть телефоном. Hacker's keyboard очень удобен для ssh-доступа, но большие тексты писать им не очень удобно.

IT-специалисты — народ любопытный. То соберут на базе микроконтроллеров автоматическую систему полива и освещения для любимого фикуса, то пропатчат прошивку мультиварки для раздачи торрентов. Но, по непонятной и загадочной причине, когда дело доходит до еды, пресловутый принцип DIY дает сбой. И наш герой, способный часами переделывать кинескоп старого телевизора в Луч Смерти, идет на кухню утолить голод соевым текстуратом пополам с гидроцеллюлозой и «коллагеновым сырьем».

В этом посте я хочу разрушить миф о том, что еда может быть либо быстрой и удобной, либо съедобной. Не секрет, что многим из нас приходится работать по 12 часов в сутки, что не способствует кулинарным подвигам с участием 28 приправ и перьев с зада дракона, омытых слезами единорога. Вы получите замечательную возможность посмотреть в глаза своей половинки на 8 марта после того, как она получит не контроллер для дистанционного управления шторой, а свежевыпеченный хлеб ручной работы рано утром. Если вам надоело есть синтетику — добро пожаловать под hubrasut.

## Вкусная и полезная еда это нетрудно

Глубокое убеждение многих людей о том, что приготовить вкусную и полезную еду за короткие сроки невозможно — заблуждение. Основная проблема здесь кроется в плохом расчете времени. Процесс готовки можно сравнить с управлением крупным проектом, который представляет из себя множество параллельных процессов. Многие из этих процессов взаимосвязаны и зависят друг от друга. Соответственно, основная ошибка — «компиляция» еды в «один поток». При грамотном планировании можно готовить просто грандиозные обеды за считанные минуты. Готовка в сжатые сроки — хороший тест для руководителей проектов.

Обязательно нужно различать разделение на активные и пассивные процессы. Например, непрерывное помешивание хитрого соуса в течение 40 минут займет больше **активного** времени, чем забрасывание нарубленных овощей и кусков мяса в духовку на 1.5 часа. Второй процесс потребует минут 5 на активное взаимодействие — нарезку. Остальное происходит без вашего участия, и вы можете потратить время на почесывание кота/написание кода/чтение хабра.

На этом этапе я хотел бы отослать всех интересующихся к передачам замечательного британского повара — Джейми Оливера и его циклу «Джейми Оливер: Обед за 30 минут». В результате можно приготовить что-то вроде этого за полчаса **активного времени**:



*Бургеры из нормального теста и свежей рубленой говядины. Ничего общего с жутким пластиковым фастфудом*

## Хрустящий багет или разоряем супермаркеты

Так как пост у нас в DIY, то использование хлебопечек приравняем к читерству и попробуем

понять в чем прелесть «сборки вручную». В чем же основная проблема хлеба из магазина? Во-первых, его трудно купить совсем свежим. Французский багет «живет» не более 4 часов. Потом он теряет всю свою прелесть.

Во-вторых, хлебозаводы экономят на сырье. Вместо прямого удорожания продукта, они вначале снижают вес буханки до пары сотен грамм, превратив ее в пену, а затем переходят на откровенно испорченное сырье. Вы не замечали, что с момента как вы купили хлеб, начинается гонка между вами и плесенью? Дело в том, что большинство пенициллиновых грибков и ряд других, спокойно переносят выпекание в форме спор. Обратная сторона медали — хлеб, который не черствеет и не портится чуть ли не месяцами. Можете представить, что туда добавляют. В это время, домашний хлеб содержит в минимальной конфигурации воду, соль, муку и дрожжи. Все.

Почему я предлагаю поробовать сделать это самому? Я хочу развеять вбитое поколениями представление о том, что хлеб — это сложный продукт, который готовят на тайных правительственных заводах только специально обученные люди. Особенно дико, когда в деревнях бабушки выстраиваются в очередь за мерзлым «кирпичиком», имея дома традиционные русские печи.

## **Let the magic begin!**

Нам понадобится некоторое количество ингредиентов и посуды. Очень советую использовать в качестве меры продуктов массу, а не объем. Точнее.

Ингредиенты:

Вода 300 грамм (300 мл.)

Мука 500 гр. или 3 стакана

Соль 10 гр. (2 ч.л.)

Сахар 0-30 гр.

Дрожжи 5 гр. (2 ч.л.)

Посуда и прочее:

Удобная большая емкость для теста. Хорошо подходят стальные полусферы из Икеа.

Противень или решетка для духовки.

Стеклотканевый лист для выпечки (продается под брендом Едим дома) или силиконовый.

Весы или мерные емкости

## **Начинаем сборку проекта. Смешиваем ингредиенты**

Наиболее простой способ — вначале отмерить воду, налив ее в емкость, затем растворить в ней все кроме муки. Особенно это ощущается, когда у вас крупная соль. Нерастворенные кристаллы будут хрустеть в готовом продукте. Однако это не догма — возможно вы хотите сделать это изюминкой вашего блюда.



*Все ингредиенты заняли свое место в емкости для замеса*

### **Фотографии процесса смешивания**



Добавляем соль. Этот ингредиент требует особо внимательного отношения. Ошибка в пару граммов может быть очень ощутимой.





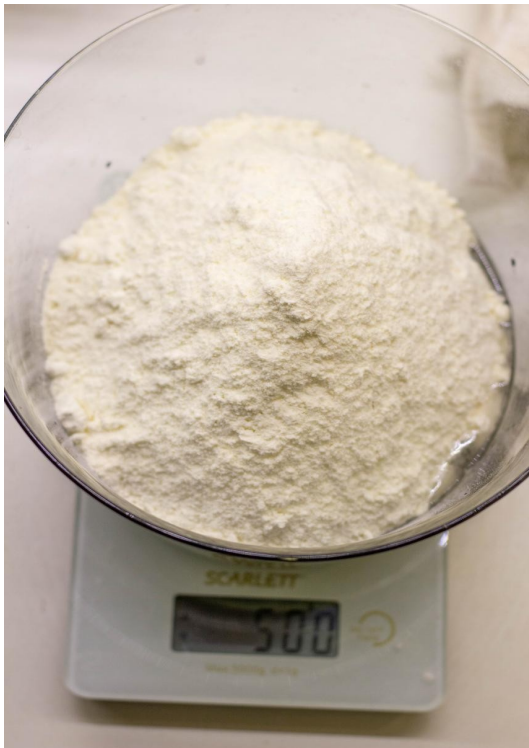
Насыпали сахар. Можно не добавлять его вовсе, если вы используете метод длительной ферментации. При этом дрожжи часов за 8-12 возьмут в качестве источника пищи крахмал из муки. Я предпочитаю 20-30 граммов.



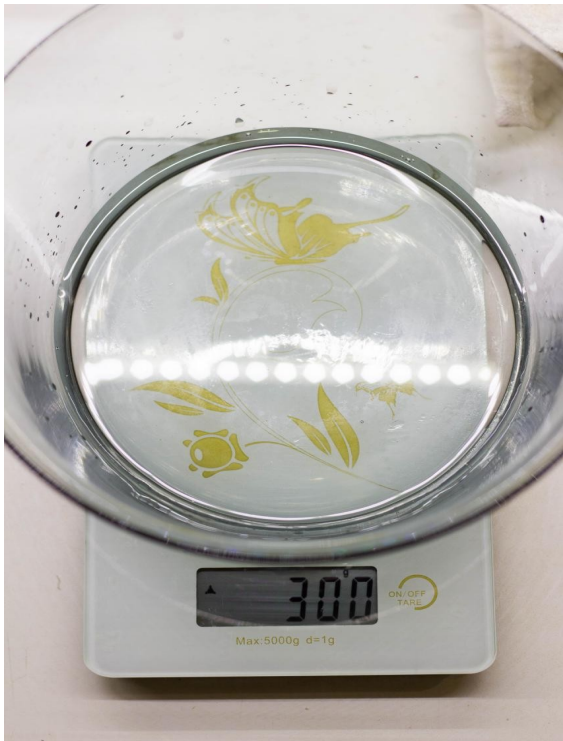
Пачка дрожжей. Обычные инстантные дрожжи.



Отмерили нужное количество дрожжей



Насыпали муку.



Налили воду

Теперь основная задача просто смешать все составляющие в плотное, упругое тесто с однородной консистенцией. Кстати, побочный плюс от регулярной выпечки хлеба — профилактика туннельного синдрома и укрепление мускулатуры предплечий. Согласитесь, что для многих это профессиональное заболевание. Тесто — отличный эспандер. В итоге должно получиться что-то вроде фотографии ниже:



Замешанное тесто



Окончательно сформированный шарик теста

Правильное тесто должно быть чуть липким, но без проблем отделяться от пальцев.

### **Берем паузу**

Адептам Gentoo Linux должно быть знакомо медитативное состояние в ожидании конца пересборки мира. Здесь приблизительно та же ситуация. Этап созревания теста не требует вмешательства, а значит и активного времени. Во время этого процесса дрожжи продуцируют не только углекислый газ, но и множество ароматических веществ, которые обуславливают вкус готового хлеба. Чем дольше идет процесс, тем более выражен вкус. Но нужно учитывать, что процесс идет не менее 2 часов. Здесь у нас есть 2 пути — быстрый и медленный вариант.

### **Быстрый**

Тесто вызревает в теплом месте. Время 2-3 часа. Хлеб получается более светлый, с легкой воздушной текстурой. Вкус легкий, пшеничный.

### **Медленный**

Зрелое тесто. Базовый вариант для французских багетов. Время 8-12 часов. Созревает в холодильнике. Вкус насыщенный, зрелый, с легкой горчинкой. Корочка более темная. На срезе более крупные пузырьки.

**Важный нюанс!** Тесто всегда должно быть накрыто чем-нибудь, чтобы не потерять воду. В противном случае вы получите сухую корку на поверхности, что испортит результат.

### **Создаем свой маленький шедевр**

Итак, вы успешно завершили свой предыдущий этап. Тесто увеличилось в объеме в несколько раз и выглядит примерно так:





Сразу определитесь с поверхностью, на которой будете печь. Оптимальным вариантом является лист из стеклоткани коричневатого цвета. Продается под брендом «Едим дома». Самая идеальная поверхность, что я встречал. Кипящая карамель сметается тряпочкой после остывания без проблем.



Теперь нужно определиться с тем, что вы будете лепить из вашего теста. Я предпочитаю простой вариант — два вытянутых багета. Здесь нужно сделать отступление и рассказать, что произошло с вашим детищем за эти несколько часов. Мука содержит белок — клейковину, которая набухает и меняет текстуру теста. Если вначале его можно было легко разделить на

несколько кусочков, то с созреванием оно приобретает эластичность, стремится восстановить свою форму. Отсюда вытекают приемы работы с будущим батоном — вы можете просто раскатать его в колбаску, но он может не удержать форму. Правильнее будет сложить его пополам 4-5 раз вдоль одной оси. Мы таким образом вносим внутренне напряжение и как бы взводим пружину. В итоге багет будет сам держать свою форму даже с достаточно жидким тестом.

Итак, вы вылепили два багета и получили что-то вроде этого:





Включите духовку на 225 градусов. Пока она разогревается, накройте ваши багеты вторым листом.



Подождите минут 20-30. За это время тесто подойдет еще раз и багеты увеличатся.



Теперь, перед финальным рывком, нам предстоит их разрезать. Надрезы нужны для того, чтобы снижать внутреннее напряжение расширяющегося теста. В противном случае его разорвет в

произвольных местах. Кстати, во Франции направление и форма разрезов — это индивидуальная подпись автора и пекарни. Такой вот метод аутентификации.) Мы сделаем простые продольные надрезы. Хотя можете пробовать любые варианты, какие нравятся.



### **Финальный этап**

В духовке хлеб пробудет недолго 25-27 минут при температуре 225 градусов. Здесь нужно понять важную зависимость:

Если выпекать при более низкой температуре — время в печи увеличивается, однако хлеб теряет больше воды. Можно получить грубую и толстую корку. Если печь при более высокой температуре — время сокращается, но можно получить сырую середину, если кусок толстый. Поэтому пиццу, например, пекут при высокой температуре, чтобы не высохла — около 250 градусов.

Достаем нашу красоту и проявляем нечеловеческую силу воли, чтобы дать хлебу остыть и испарить лишнюю воду. Лучше всего использовать решетку.







### **Еще раз о важности тайм-менеджмента**

Подсчитаем затраты активного времени:

Навеска и замес — 5 минут

Вылепить багеты и надрезать — 5 минут

Достать и выложить их из духовки — 3 минуты.

Итого — 13 минут! Согласитесь, что вечный аргумент " у меня нет времени" тут не работает.

Важно лишь рассчитать время так, чтобы вы могли провести очередной этап вовремя.

## **Форкаем репозиторий или вносим изменения в рецепт**

Этот рецепт является самым базовым и может изменяться как угодно. Дам лишь несколько базовых советов:

Соотношение сухой массы и жидкости не должно сильно варьироваться.

В качестве сухой части вы можете попробовать: грубозерновую муку, муку из других злаков, отруби, семечки, кунжут или даже бекон.

В качестве жидкой части: молоко, растительные масла разных видов (15-20 мл), кисломолочные продукты.

## **Вместо заключения**

Пост восстал из черновиков. Буду рад, если кому-то пригодится. Фотографии ваших вариантов приветствуются.

По поводу утерянных комментариев из той версии: все сохранилось до буквы. Я не знаю только как лучше это в статью вставить. Могу предложить прочитать основную часть на [Сохрабре](#)