

# Делаем домашний белый квас. Бабушкин рецепт.

Часто используется словосочетание "уварить квас". Итак, 1кг ржаной муки засыпать в жбан, залить 2 литрами холодной воды и хорошо размешать. Скипятить чайник воды, кипятком вылить в жбан и хорошо размешать. Скипятить второй чайник и тоже вылить в жбан, то есть нужно 2 чайника кипятка. Потом, горячий жбан нужно завернуть, чтобы он быстро не остыл. Завернуть, например, старым одеялом или ватной курткой, другой старой одеждой. Ставить жбан также на одежду, когда закрываешь. Держать завернутым не менее 5-7 часов, можно до 12 часов. Здесь есть одна особенность. Так мы обвариваем ржаную муку кипятком. Она должна быть тёплой и долго не остывать. Когда тесто будет теплее парного молока (38° - 39°), надо заваривать гущей - 400мл. Заваривать, значит вылить гущу в жбан и размешать. К этому же времени, нужно согреть ведро воды как парное молоко, залить, размешать, чтобы всё тесто разошлось в воде. Закрыть тепло. Стоять квасу завернутым не менее 4-5 часов. Потом покушать, скислился квас или нет. Чуть скислился, раскрыть жбан (снять утепление). Пусть он стоит раскрытый часа 2-3 при комнатной температуре. В это время прекращается бурление, гуща оседает на дно. Потом, вынести в холодное место, чтобы быстро не перекис. Как вариант, перелить в трёхлитровые банки, поставить в холодильник. Квас готов. Сделать запас гущи.

Примечание. Не врач я, но своё мнение выскажу. Особенно белый квас полезен для людей с пониженной кислотностью желудка и для людей с запахом изо рта.

## Приготовить гущу.

Берётся гуща от прошлого кваса. Она долгое время (сколько нужно) хранится в холодильнике в стеклянной банке под полиэтиленовой крышкой. Возможно хранить в кухонной тумбочке при комнатной температуре, если до месяца. Гуща не испортится. Даже лучше будет "всходить". Взять нужно чуть поменьше поллитровой банки. Всыпать в гущу чайную ложку сахара, горсть муки и размешать. Оставить чашку с гущей стоять в тёплом месте, так как она из холодильника. После прогрева должно начаться брожение и гуща "поднимется". Если не поднимается, положить немного (только немного) дрожжей. Если больше, то может "убежать". Также, если много, квас может иметь запах и вкус дрожжей, что не очень приятно.

## Если гущи нет и взять её негде.

Приготовим квас без неё, но времени потребуется больше. Ингредиенты те же: ржаная мука, тёплая вода, сахар, дрожжи. И так, высыпав в жбан 1кг муки. Добавляем холодной воды, чтобы размешать до густой кашицы. Обвариваем муку кипятком из двух больших 3-литровых чайников. Размешиваем, укрываем, ждём 5-7 часов. Нагреваем ведро тёплой воды. Тёплая вода, значит вода сравнимая с температурой человеческого тела. Пальцу в воде должно быть не горячо, а приятно. Открываем жбан. Разминаем рукой 6,25гр хлебопекарных прессованных дрожжей сразу в жбан. Такое странное число получается вот как. В нашей местности дрожжи продаются по 100гр в пачке. Их удобно делить на 4 части и отрезать 1/4. От отрезанной четвертушки, ещё 1/4, то есть получим 6,25гр. Вид дрожжей указан на упаковке (прессованные или сухие). Далее, добавляем в жбан 2 столовые ложки с верхом сахара. Выливаем ведро тёплой воды. Тщательно перемешиваем, так как ранее хорошо перемешать вряд ли получится. На этом этапе больших окатышей из муки быть не должно. Закрываем, утепляем, ждём трое суток. В это время должен

начатся процесс интенсивного брожения. Пусть он идёт. Через трое суток пробуём скислился ли квас. Если недостаточно кислый и отдаёт водой пусть стоит ещё, пока Вам не понравится вкус. Время его вылечит.  
Когда квас будет готов, его нужно вынести в прохладное место, чтобы закончилось брожение.

Применение.

1. Первый раз квас может быть невкусным и иметь запах и вкус дрожжей, но у Вас появилась гуща. С ней второй раз, вкус будет лучше.

2. **Хлебопекарные дрожжи** - вид одноклеточных микроскопических грибов (дрожжей) из класса сахаромикетов. Хранят прессованные дрожжи в холодильнике при температуре (0 +4)°С.

Записал Berendej