

Ako založiť kvások?

/ z ražnej múky /

Na založenie domáceho kvásku stačia dve ingrediencie - **voda a múka**, zvyčajne v pomere **1:1** / zvyčajne preto, lebo každá múka je iná, má iné zloženie, je viac hydrofilná, alebo menej/

1.) Každopádne, pomer vody a múky má byť taký, aby vznikla zmes konzistenciou pripomínajúca husté palacinkové cesto. Ak si predsa len nie ste istí správnou hustotou, **nech je zmes radšej hustejšia ako riedka**. Hustejšia pôsobením mikroorganizmov aj tak mierne zredne, ale pozor, príliš riedka má tendenciu ľahko sa pokaziť.



2.) Kvasok prikryjeme sáčkom alebo vrchnáčikom a dáme na teplé miesto na 24 hodín (pozor, vrchnáčik len položíme na vrch, aby tam prenikal trocha vzduch, **nikdy nezavrieme úplne**)



3.) **2. deň:** V pohári sa nič zvláštne nedeje, ale aj napriek tomu po 24. hodinách kvasok prikrmime. A to tak, že pridáme **50g ražnej múky a 50ml vlažnej vody.**

Fľašku opäť prikryjeme a necháme odpočívať pri izbovej teplote ďalších 24 hodín.



4) Na 3. deň nám kvások začne pracovať. Zväčší sa objem a vidno malé bublinky. Opäť po ďalších 24. hodinách prikrmíme (50g ražnej múky a 50ml vlažnej vody).



5) Na 4. deň už kvások naberie poriadny objem, preto je potrebné polovicu vyhodiť, lebo novozakladaný kvások potrebuje aspoň týždeň (ideálne je 10-14 dní). Opäť prikrmíme 50g ražnej múky a 50ml vody a toto opakujeme ešte aspoň týždeň (pravidelne keď treba, časť kvásku dáme preč).

Odporúčame skladovať v chladničke a približne raz za 2 týždne vybrať von z chladničky, opäť prikrmiť a znovu vložiť do chladničky