

לחם מחמצת

לפני כמה שנים ביקרתי בבית הקפה "בריוש" בשכונת רסקו בנהריה. לחם המחמצת שטעמתי שם היה לעילא ולעילא, ולכן ניגשתי אל בעלת הבית וביקשתי לקנות מעט מהמחמצת. "יותר טוב שאלמד אותך להכין מחמצת כזו" – באה התשובה. והשאר – היסטוריה...

שלב א' – איתחול המחמצת (בפעם הראשונה בלבד)

מצרכים	הכנה
1 ק"ג קמח שיפון מלא 1 ליטר מים 1/2 ענב	מערבבים הכל ומניחים ל-24 שעות. לאחר יממה מחליפים חצי מהתערובת (כלומר, זורקים מחצית, משלימים עם 1/2 ק"ג קמח שיפון + 1/2 ליטר מים), מערבבים היטב ומניחים לעוד 24 שעות. חוזרים על התהליך במשך שבוע. לאחר מכן מאחסנים את המחמצת המוכנה במקרר.

שלב ב' – חידוש המחמצת

(הערה: המחמצת במיטבה כאשר היא מלאה בועות אויר. אם שכחתם - יעלו על פניה מים והיא איננה תוססת. בכל זאת אפשר לנסות לאתחל, ואם היא לא "מתאוששת" תוך יום-יומיים כדאי לאתחל מחמצת חדשה)

מצרכים	הכנה
600 גר' מחמצת (הערה: אם לא אופים, לפי שלב ג', יש להשליך 600 גר' מהמחמצת ולחדש ככתוב בשלב ב')	
קוס וחצי (כ-180 גר') קמח שיפון מלא קוס (כ-120 גר') קמח חיטה מלא קצת פחות מ-2 כוסות (כ-180 מ"ל) מי-ברז קרים.	מערבבים הכול ומאחסנים במקרר בכלי סגור ל-10-3 ימים, עד שהמחמצת תוססת. (הערה: רצוי שמיכל האיחסון יהיה שקוף, כך שתוכלו לראות אם המחמצת כבר תוססת מבלי לפתוח)

שלב ג' – אפיית הלחם

מצרכים	הכנה
600 גר' מחמצת תוססת	
400 ג' מי-ברז קרים	
כפית סוכר	מערבבים את כל הנ"ל בקערת המיקסר
1 ק"ג קמח (אני משתמש בחצי ק"ג קמח כפרי וחצי ק"ג קמח מניטובה מתוצרת "שטיבל")	
1 כף מלח	
1.5 כף משפר אפיה (אני משתמש במשפר אפיה לג'בטה של "ממלכת האופים").	מוסיפים מעל לתערובת ומערבלים במיקסר במהירות נמוכה כ-10 דקות עד לקבלת גוש בצק אחיד שאיננו נדבק לדפנות. משלימים מעט לישה ידנית.
	מכניסים לקערה מכוסה (להשאיר מקום לתפוח!) ומתפיחים כ-8 שעות (או לילה) במקום הכי חמים בבית.
	מוציאים את האויר מהבצק בתפיחות קלות, צרים 3 כיכרות על משטח נטול קמח , ומניחים לתפוח, מכוסים במגבת מטבח, על בד מקומח בסלסלות נצרים/תפיחה או בתבניות מרובעות עוד כשעתיים ¹ .
	מחממים תנור ל-190 מעלות צלזיוס. כשהתנור חם הופכים את הכיכרות (אם הותפחו בסלסלות) על תבנית מרופדת בנייר אפיה יבש , עליו נבזק מעט קמח. חורצים 3 חריצים בכל כיכר ומכניסים לתנור שחומם ל-190-200 מעלות צלזיוס. מתיזים אל תוך התנור ועל הככרות מעט מים קרים.
	אופים כשעה. זיכרו: עדיפה אפיית-יתר על אפיית-חסר!
	מצננים על רשת זזוללים לתיאבון!

¹ אני מכניס את כל הסלסלות לשקית ניילון גדולה, מנפח אותה באוויר מהריאות ואוטם.