

OBSAH

DOMÁCÍ KYNUTÉ PEČIVO SNADNO A RYCHLE	5
Máte doma automatickou domácí pekárnou?	5
A z čeho mám největší radost?	7
Nikdy nebyla příprava domácího kynutého těsta na buchty, koláče, vánočky a jiné dobroty tak jednoduchá!	7
Máte pekárnou doma už pár let a pečení chleba se vám stalo stereotypem, nebo vás dokonce nebaví?	8
NEŽ ZAČNETE ZDRAVĚ PÉCI	9
Dobrá mouka je základem úspěchu	9
Pšeničná mouka – bílá a celozrnná	9
Špaldová, žitná, ječná a ovesná mouka	12
Kukuřičná, rýžová, jahelná a pohanková mouka – neobsahují lepek	13
Sójová a amarantová mouka – neobsahují lepek	14
Moudré „moučné“ rady do kuchyně	15
Prostředky ke kynutí těsta	15
Pekařské droždí	15
Žitný kvas	16
Sladidla	16
Cukr a přírodní sladidla	16
Umělá sladidla	17
Tuky	17
Rostlinné oleje	18
Rostlinné tuky – margariny (lidově „rostlinná másla“)	18
Čerstvé máslo	19
Zlepšovací přísady	19