

Lepek

Pro některé obávaná záležitost, pro pekaře, těstovináře a jiné potravinářské kouzelníky důležitá složka!

Lepek se skládá z lepkových bílkovin, které jsou přirozenou součástí pšeničného zrna a při jeho mletí se tedy dostávají do mouky. Kvalita a množství těchto bílkovin závisí na typu obilniny, stupně vymletí mouky a podmínkách pěstování. Již zmiňovaný a velmi žádaný lepek, alespoň, co se pekařského umění týče se vytváří při hnětení mouky s vodou – vytváří se elastická síť ve které jsou i další složky jako jsou tuky, polysacharidy aj. Lepek, který je přímo z pšenice má úžasné elastické vlastnosti, ty jsou ovšem ovlivněny kvalitou a typem mouky (obsah gluteninů a gliadinů). Málokdo si uvědomuje, že onen lepek nám pomáhá držet plyn v těstě, dopomáhá nám tedy biologickému, chemickému i termomechanickému kypření. Proto je celkem náročné upéct dobrý žitný, špaldový, či jiný chleba, aby byl kyprý, protože jiné obilniny nemají tak silný lepek oproti pšenici.

Největší obsah bílkovin (cca 14–15 %) má silná mouka – což znamená, že má nejlepší elastické vlastnosti, díky obsahu lepku a kde tyto vlastnosti nejvíce využijeme? No přece u výroby těstovin! Naopak slabá mouka má obsah bílkovin v průměru okolo 9 % a používá se pro pečivářenské výrobky (krekry, sušenky, oplatky apod.). Bohužel v ČR máme značení mouk tak zmatečné, že z toho není člověk moudrý, proto jsem vám tu udělala obecnou tabulku pro rychlý přehled, je vložena zde v galerii fotografií. V ČR se mouky označují dle vyhlášky č. 18/2020 Sb. a to dle granulace a obsahu popela. Granulace je hrubost mletí a obsah popela je obsah minerálních a jiných látek v mouce (nejvíce je v celozrnné). Na komerčních obalech najdete označení T400 – T1800, což je pro naše potřeby orientace nejdůležitější abychom věděli, kterou mouku koupit pro výrobu chleba, kynutých buchet nebo cukroví, protože pokaždé použijeme jiný typ mouky. Čím vyšší typové číslo mouky, tím je mouka tmavší, výživově hodnotnější, má slabší lepek a obsahuje více vlákniny.