

Odla din lokala surdeg

TEXT Magnus Lanner FOTO Mikael Karlsson

För surdegsbagaren är surdegsstarten, eller startkulturen som den också kallas, en avgörande faktor för att lyckas med sitt bröd.

Startkulturen används när bagaren startar sin surdeg. Mjöl, vatten och startkultur blandas till en surdeg. När surdegen är mogen, efter viss tid i rätt temperatur, blandas surdegen med ytterligare mjöl, degvätska, salt och eventuella övriga ingredienser till en deg.

Det finns minst lika många recept på startkulturer som det finns surdegsbagare. Det finns också många skolor om hur startkulturen ska hanteras. Ska den förvaras i kyl eller rumstemperatur? Ska gamla mormors startkultur återupplivas eller ska en ny tillverkas varje månad? Gemensamt för alla recept och skolor är att en bra startkultur ska ge milda och väljäsande surdegar med bra balans mellan syra och jäskraft.

Under grundkursen i hantverksbageri på Bakgården i Revsund i Jämtland visade bagarmästare Konstantin Messmer en tillverkningsmetod för startkultur där man tar vara på traktens naturligt förekommande mikroorganismer.

Odlade mikroorganismer

Startkulturen är en odling av naturliga mikroorganismer. Odlingen bidrar med två processer i degen: gasbildning som ger degen volym och syrabildning som ger smak, doft och hållbarhet.

– De mikroorganismer man vill odla i en startkultur är jästsvampar och mjölk-

syrabakterier, förklarar bagarmästaren. Konstantin driver Björkaholms bakarstuga i Värmland och har stor erfarenhet av bakning med olika surdegstarter. I det egna bageriet använder han helst en startkultur gjord på Sekowas bakferment som ger milda väljäsande surdegar. Konstantin anser att startkulturer gjorda på råg lätt blir så sura att de blir självkonserverande. I en sur, självkonserverande startkultur överlever inte de vilda jästsvamparna. En sådan startkultur kan bara användas för att syra surdegen och jäst måste tillsättas för att ge den gasbildning som ger bröden volym.

Mild och väljäsande

Ett bra alternativ till bakferment för en mild och väljäsande surdeg är att göra en startkultur med vete och honung. Genom att använda lokalt odlat vete och honung från en lokal biodling får man mikroorganismer som naturligt finns i trakten. Det ger en lokal prägel på startkulturen.

Både mjöl och honung innehåller jästsvampar och mjölksyrabakterier. Honung är särskilt rik på vilda jästsvampars sporer. Sporerna följer med nektarn som bina samlar från olika blommor. Det är viktigt att använda en honung som inte upphettats så att mikroorganismerna som naturligt finns i honungen är vid liv.

Startkulturen kan användas både för vetesurdegsbröd och för rågsurdegsbröd trots att den är gjord med vetesorter.

Stabil konsistens

Med två olika mjölfraktioner, det vill säga två olika grovlekar på mjölet i start-

kulturen, är det större chans att odla fram en startkultur som håller stabil konsistens. Till exempel kan lika mängder fint dinkelmjöl och grovmalen dinkel användas. Det finmalda mjölet har många små partiklar vilket ger stor angreppsytta för degens mikroorganismer. Det ger snabb nedbrytning av mjölets stärkelse, vilket gör degen mer lättflytande. Den grovmalda dinkeln med större partiklar och därmed mindre angreppsytta tar längre tid att bryta ned och balanserar därmed startkulturens konsistens.

Gör din egen startkultur

Konstantin Messmers startkultur kan sparas i upp till fyra veckor i kyl. Sedan görs en ny, alternativt fortsatt mata startkulturen varje vecka. Den här startkulturen förvaras bäst i till exempel en syltburk där man inte skruvar på locket, utan bara lägger det på eller täcker öppningen med plast. Tänk på att temperaturangivelserna i receptet är ungefärliga. Får att nå 25 °C kan ett tips vara att sätta in burken i en vanlig hushållsugn och bara vrida på belysningen. Det brukar ge 25–28 °C.



Konstantins startkultur

STEG 1

50 ml rumsvarmt vatten
25 g grovt malet dinkelmjöl
25 g dinkelsikt
10 ml honung

Blanda degen noggrant, låt stå i 24 timmar i 25 °C.

STEG 2

110 g från steg 1
50 ml vatten
25 g grovt malet dinkelmjöl
25 g dinkelsikt
10 ml honung

Blanda degen noggrant, låt stå i 24 timmar i 30 °C.

STEG 3

Nu väger degen 220 g. Det här steget skiljer sig lite från de två tidigare och om du börjat med en liten behållare kan det vara dags att byta till en större.

220 g från steg 2
100 ml vatten
50 g dinkel- eller vetesikt
50 g dinkel- eller vetefullkorn, grovt

Blanda degen noggrant, låt stå i 12 timmar i 25 °C.

STEG 4

420 g från steg 3
200 ml vatten
100 g dinkel- eller vetesikt
100 g dinkel- eller vetefullkorn, grovt

Blanda degen noggrant, låt stå i 6 timmar i 25 °C.

