

A kínai tészta titka

A hagyományos kínai, kézzel nyújtott tészta ('la mian') készítésének technikája egészen megdöbbentő, s hihetetlen élmény. Alig akad, akit ne kápráztatna el. Mi hát a kézzel nyújtott kínai tészták igazi titka, és hogyan kell őket elkészíteni? Erről szól ez az írás.

A kínai, kézzel nyújtott tészta készítése igen nagy gyakorlatot igénylő művészet. A tésztához könnyen nyújtható, rugalmas tésztát használnak, s minden újabb nyújtással megduplázzák a szálok számát, amivel rövid idő alatt megdöbbentő számú szálát képesek előállítani.

A kézzel nyújtott kínai tészták többsége négy alapösszetevőből áll. Ezek: a liszt, a víz, a só és a kansui. A kansui a Belső-Mongóliában található Kan-tó lúgos, a tésztakészítéshez kiválóan megfelelő nátrium- és kálium-karbonátban gazdag, s országszerte híressé váló vize után kapta a nevét. A kansui vizes oldata lúgos kémhatású, nátrium-karbonát tartalmú, és a kereskedelmi forgalomban lévő termékek rendszerint még kálium-karbonátot is tartalmaznak.

Ha a tésztát ilyen vízzel készítjük, az sárgás színt és keményebb textúrát kölcsönöz a tésztának.

A hagyományos kínai tészta receptekben a boltban megvásárolható "kansui", vagy a különösen Japánban nagy becsben tartott lúgos kútvíz szerepel. A "kansui" a következő sók közül egyet, vagy akár többet is tartalmazhat:

- Nátrium-karbonát
- Kálium-karbonát
- Nátrium-hidrogén-karbonát
- A foszforsav kálium- vagy nátriumsója

A kansui egyik elterjedt változata szerint 55% nátrium-karbonát, 35% kálium-karbonát és 10% kristályvíztartalmú dinátrium-hidrogén-foszfát keveréke (pH 11,2). A kínai tészta hagyományosan búzalisztből, a liszt tömegének legalább 45%-át kitevő vízből, sóból – és a lényeg: kansui por hozzáadásával készül. A liszt fehérjetartalma (glutén) közismerten meghatározó. A jó kínai tésztához nem túl magas, kb. 10-11% fehérjetartalmú lisztre van szükségünk, amit gyakran kétféle liszt keverésével állíthatunk elő. Irodalmi adatok szerint a gyakorlatban jól bevált módszer a liszt és burgonyakeményítő 15:1 arányú keveréke is.

A szódabikarbóna, vagy a készen vásárolható kansui növeli a tészta pH-ját (lúgosít), a lúgosság gyengíti a tészta fehérjéit, s a keményítő hidratálásával növeli a vízvisszatartást. Ezzel egy rugalmas, könnyen nyújtható tészta jön létre. A nyers tészta hihetetlen rugalmassága és a főtt tészta összetéveszthetetlen állaga csakis a pH növelésével érhető el.

Kínai tészta receptje (Luke Rymarz alapján)

Hozzávalók:

156 g rétesliszt (BFF-55)*, 25 g fehér kenyérliszt (BL-80)*, 110 g meleg víz, 2 g só, 1 g szódabikarbóna, 6 g növényi olaj

Elkészítése: A száraz hozzávalókat alaposan keverjük össze, majd adjuk hozzá a vizet és az

olajat. A tésztát alaposan gyúrjuk meg (20 perc). A tészta akkor jó, amikor olyan, mint az agyag, és megtekerve sem nedves.

Megjegyzés: A rétesliszt általában 8-9% fehérjetartalmú, míg a fehér kenyérliszt fehérjetartalma többnyire 11-14%.

(Forrás: <https://foodandwine.hu/2010/03/23/a-kinai-teszta-titka-a-lugositas/> nyomán)

- a) Adja meg két olyan anion képletét és nevét, amely a leírás szerint biztosan megtalálható a Kan-tó vizében!**
- b) Hogyan változik a százalékos fehérjetartalom, ha a liszthez burgonyakeményítőt keverünk? Válaszát indokolja!**
- c) Adja meg a szövegben ismertetett összetételű, elterjedt kansui porkeverék káliumtartalmú összetevőjének képletét!**
- d) A szövegben ismertetett összetételű, elterjedt kansui porkeveréknél megadtak egy pH-értéket. Ez az információ azonban két okból is szakszerűtlen. Mi ez a két ok?**
- e) Luke Rymarz tésztájának víztartalma összhangban van-e a korábban ismertetett hagyományos összetétellel? Válaszát indokolja!**
- f) Mi indokolja a kétféle liszt alkalmazását a receptben?**
- g) Mi a kínai tészta rugalmasságának és állagának titka?**

(2022. május)

Megoldás: (10 pont)

- | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| a) Karbonátion, CO_3^{2-} | <i>1 pont</i> |
| Hidroxidion, OH^- | <i>1 pont</i> |
| b) Csökken,
mert a burgonyakeményítő nem tartalmaz fehérjét. | <i>1 pont</i> |
| c) K_2CO_3 | <i>1 pont</i> |
| d) pH-ja egy oldatnak van, nem egy porkeveréknek,
az oldat pH-ja pedig függ a töménységétől. <i>együtt:</i> | <i>1 pont</i> |
| e) Pl. Igen,
mert a liszt tömegének 61%-a víz (és ez hagyományosan legalább 45%). | <i>1 pont</i> |
| f) Pl. A kenyérliszt fehérjetartalma túl nagy, a rétesliszté túl kicsi,
a keverékükkel érhető el a kívánt 11% körüli fehérjetartalom. | <i>1 pont</i> |
| g) Pl. Olyan összetevő használata, amely lúgossá teszi a tésztát. | <i>1 pont</i> |