

Leivän raaka-aineet ja niiden ”tehtävä” taikinassa

Jauhot

Jauhot ovat taikinan keskeisin ainesosa. Ne sitovat hyvin vettä ja muodostavat kimmoisan taikinan. Gluteenittomat jauhot ovat leipoutuvuudeltaan erilaisia kuin vehnäjauhot. Vehnäleivonta perustuu jauhon sitkoproteiinin eli gluteenin laatuun ja määrään, gluteeniton leivonta puolestaan jauhojen vedensidontakykyyn, tärkkelykseen ja sitä hajottaviin entsyymeihin.

Neste

Nestettä tarvitaan leivässä rakenteen muodostumiseen, hiivan kasvuun ja nostatusaineiden toimintaan. Lisäksi liukoiset raaka-aineet, kuten suola, sokeri ja liukoiset proteiinit liukenevat veteen. Veden sijasta voidaan käyttää maitoa/maitojauhetta tai piimää, jotka lisäävät leivän ravintoarvoa, vaikuttavat makuun ja parantavat ulkonäköä.

Nostatusaineet

Leiviniiva

Hiiva kohottaa taikinan ja tekee sen huokoiseksi. Se myös parantaa makua. Jauhojen entsyymit hajottavat tärkkelystä hiivalle ravinnoksi sopivaksi sokeriksi. Siksi hiiva nostattaa taikinan myös ilman sokerilisäystä.

Leivinjauheet

Hyvin runsaasti sokeria tai rasvaa sisältävien taikinoiden nostattamiseen käytetään leivinjauheita; ruokasoodaa tai hirsensarvisuolaa. Leivinjauheet ovat hiilihapon suoloja, joista kosteuden tai lämmön vaikutuksesta vapautuu taikinaa nostattavaa hiilidioksidia.

Mausteet

Suola

Suola on perusmauste, joka samalla parantaa ja lujittaa taikinan rakennetta. Se hidastaa valkuaisaineiden turpoamista ja liukenemistä sekä taikinan nousua. Suola vaikuttaa leivän rakenteeseen tehden siitä tilavan ja tasahuokoisen. Suolan avulla leipään saadaan voimakkaampi väri. Suola parantaa myös leivän säilyvyyttä estäen homeiden kasvua. Suolaton leivonta on mahdollista, mutta leipä tuntuu helposti kuivalta ja mauttomalta.

Muut mausteet

Muista mausteista makeahkoissa leivissä tavallisimmat ovat kumina, anis, fenkoli ja pomeranssi sekä muissa leivissä erilaiset siemenet ja yrttimausteet.

Muut aineet

Sokeri ja siirappi

Sokeria ja siirappia käytetään usein hiivan ravintona edistämään taikinan kohoamista. Ne vaikuttavat myös leivän kuoren väriin. Nostatukseen tarvittavaa sokeria (2 % taikinan painosta) ei tarvitse mainita ainesosaluettelossa. Valmiissa leivässä ei ole enää tätä sokeria, koska hiiva on käyttänyt sen ravinnokseen. Monia leipätyyppejä valmistetaan täysin ilman sokeria tai siirappia.

Apuaineet

Apuaineet parantavat jauhojen leipoutuvuutta, helpottavat, varmistavat tai yksinkertaistavat leivän valmistusta. Esimerkkinä etikka- ja maitohappo, joita esim. hapanjuurella leivottu leipä sisältää luonnostaan sekä psyllium ja ksantaani.

Rasva

Rasvaa käytetään ruokaleipätaikinoissa vähän, korkeintaan 3 %. Se parantaa leivän aromia, huokoisrakennetta sekä säilyvyyttä.

Muokattu Leipätiedotuksen tekstistä

<https://www.leipätiedotus.fi/tietoa-leivasta/leipa-elintarvikkeena/leivan-valmistus/leivan-raaka-aineet.html>