

SKELLEFTEÅ · För åtta år sedan var **Håkan Niska** på jakt efter ett gott frukostbröd, men det var stört omöjligt att hitta något som föll honom i smaken. Han bestämde sig för att om man vill få något gjort, så får man göra det själv. I dag är surdegsbröd hans största passion.

TEXT: THEODOR EKENSTEDT FOTO: ANNIKA ERIKSSON

Den som väntar på något gott ...

– **Brödet i affären är inte mjukt** för att bagaren har gett det mycket kärlek, det är mjukt eftersom bagaren har stoppat i så mycket tillsatser, säger Håkan Niska när han just har tagit fram en surdeg ur kylan.

Den har jäst sedan gårdagskvällen och i dag ska den möta sitt öde och bli ett bröd.

Håkan håller ut degen från bunken och klyver den i tre bitar. Han är noggrann med att inte arbeta för mycket med degen, han vill att den ska behålla sin luft.

Det var som sagt det ickebefintliga utbudet som styrde Håkan till surdegsbrödet.

– Det var omöjligt att hitta något i Skellefteå, säger han.

Först köpte han en bakmaskin. Håkan stoppade in ingredienser och maskinen spottade ut ett bröd. Resultatet var bristfälligt.

Då kom han över en bok om den bortglömda konsten.

Det är först på senare dagar som han insett att det finns fler fördelar än bara smak när man bakar sitt eget surdegsbröd.

– Man vet vad som är i och man får det som man vill. Man vet att det inte är några konstiga tillsatser och vill man ha nötter i så stoppar man i det, säger han.

Håkans hus är optimerat för bak. Det är städlat och rent, nästintill kliniskt. Här bor han tillsammans med hustrun Linda och de två barnen Linnea och Leo. Den stora köksön i mitten av köket utgör ett perfekt bakkbord.

Men det är inte alla i familjen som är lika begeistrade i brödet.

– Barnen äter det ibland när andan faller in, men för min fru är det ljusa rostmackor från affären som galler, säger han.

En surdeg kräver ständigt underhåll, och om Håkan är ute på en jobbresa låter frun surdegen förfalla. Inte för att det gör Håkan någon större skada. Han startar bara en ny.

– Men man förlorar en del smaknyanser som kommer med tiden, säger han.

Han är lite sugen att beställa en surdegsspor som finns naturligt i luften i San Francisco, men riktigt så långt har han inte tänkt ta sitt specialintresse – ännu.

Håkan lägger två av degdelarna i varsin jäskorg. Den stora formar han till en limpa och förbereder ugnen.

Han berättar att han själv alltid väger mjölet och vattnet. Att ha rätt förhållande mellan de två är väldigt viktigt. Men man måste ha känsla också, för numer finns det mjölsorter som är väldigt proteinrika.

– Förut var det bara bagare som kunde köpa de här mjölsorterna, men nu finns de i alla affärer, säger Håkan.

Om mjölet är proteinrikt kan det hålla mer vatten. Man ska därför inte lita blint på givna gramantal: man måste väga känna på degen.

Håkan stoppar in termometern mitt i limpan och slänger in den i ugnen. Brödet har bakats i nästan 20 timmar. Det galler att vara tålmodig.

– Det är lite mer väntetid än med vanligt bröd, säger Håkan.



BAGAREN.

Håkan Niska har bakat surdegsbröd sedan sju år tillbaka, ett par år innan "den stora surdegsvågen". Han kan således betraktas som lite av en auktoritet.



... väntar mest troligt på att surdegen ska jäsa

VÄNTETID.

Håkan låter oftast sina degar jäsa i kylskåpet. Då tar jästiden längre tid så att den kan stå över en natt.



VARSAMT.

Håkan tipsar om att knåda degen så lite som möjligt för att behålla degen luftfylld. Istället för att knåda viker han ihop degen.

LÄSARTIPS
Det här har Pär Hultgren tipsat oss om.
Vad vill du läsa om?
72091@norrnan.se



Surdeg

Niskas Rundgrund.

Lätt att göra – lätt att variera.

Dag 1

20 g råsurdegsgrund

50 g vatten

30 g rågmjöl

Dag 2 och 3

180 g rågsikt

260 g Vetemjöl special (proteinrikt)

100 g rågsurdeg

40 g brödsirap

10 g salt

300 g vatten

3 g jäst

Dag 1

1. Blanda grunden med vatten och mjöl, plasta in och låt stå till nästa dag. Detta blir 100 gram rågsurdeg.

Dag 2

2. Blanda vatten och jäst i en bunke.

3. Tillsätt mjölet och blanda kort med träslev tills allt blandats ordentligt.

4. Tillsätt salt och sirap. Blanda rör om igen.

5. Plasta in och ställ i kylskåp över natten.

Dag 3

6. Ta fram den på morgonen. Skrapa försiktigt ner degen på det rikligt mjölade bakbordet (degen innehåller mycket vatten och kan vara ganska kladdig). Vik in degen från kanterna in till mitten för att få lite spänst i degen, men knåda inte. Lägg degen i en jäskorg och låt jäsa. Den är klar när du kan trycka ett hål i degen som fastnar ett tag.

7. Sätt igång ugnen i god tid på 230 grader.

8. Stjälp upp brödet på en plåt, om du vill kan du göra ett snitt tvärs över brödet så att det får plats och växa i ugnen. Grädda till 98 grader.

Så gör du en surdeg

Vetusurdeg:

120 g vetemjöl

120 g vatten

Råsurdeg:

60 g fint rågmjöl

120 g vatten

Grahamssurdeg:

60 g grahamsmjöl

120 g vatten

Dag 1 morgon

Blanda mjölet och vattnet i en bunke. Täck med plastfolie. Låt stå i rumstemperatur.

Dag 1 kväll

Mata surdegen med 60 g vatten och 60 g mjöl. Rör om. Täck med plastfolie. Låt stå i rumstemperatur.

Dag 2 morgon

Mata surdegen med 60 g vatten och 60 g mjöl. Rör om. Täck med plastfolie. Låt stå i rumstemperatur. Om din surdeg har kommit igång kan du nu ställa in den i kylan. Om inte, tillsätt ett rårivet äpple, en tesked honung eller en tesked naturlig yoghurt och låt stå i rumstemperatur.

Dag 3 morgon

Mata surdegen med 60 g vatten och 60 g mjöl. Rör om. Täck med plastfolie. Ställ in i kylan.

Dag 4

Nu är surdegen klar att använda. Om du vill spara den förvarar du den i kylan och matar den några gånger i veckan.



BAGARPROCENTEN.

Håkan väger alltid mjöl och vatten för att få degen perfekt.



98 GRADER.

Håkan använder sig av en termometer som han sticker in i brödet. När det är 98 grader är det klart. Blir det varmare blir brödet torrt.



FRUKOSTBRÖD.

Håkan äter oftast ett par skivor bröd till frukost. Får han bröd över ger han bort. Det är alltid någon som vill ha.