

Szczęście Tam, Gdzie Pachnie Chlebem. Trwa III edycja Ogólnopolskiego konkursu wypieku chleba „Master Baker”

Poprzednie edycje konkursu Master Baker okazały się dużym sukcesem. Eliminacje do tegorocznej edycji wystartowały 5 sierpnia, wydarzenie odbywa się pod hasłem „Szczęście Tam, Gdzie Pachnie Chlebem”. Pula nagród wynosi 30.000 zł, w tym atrakcyjne nagrody rzeczowe. Liczymy, że prestiż konkursu oraz nagrody przyciągną uwagę wielu pasjonatów wypieków. Rywalizacja odbywa się w czterech kategoriach: zawodowcy, Koła Gospodyń Wiejskich, uczniowie szkół o profilu spożywczym oraz amatorzy. W ubiegłym roku do eliminacji zgłosiło się ponad 150 osób, a najwięcej zgłoszeń otrzymaliśmy z Kół Gospodyń Wiejskich. Choć z roku na rok przybywa w Polsce małych piekarń to najmniej jednak zgłosiło się piekarzy w kategorii „zawodowcy”. Znamy powód - są to rodzinne manufaktury chleba zakładane przez pasjonatów, a z przeprowadzonych rozmów wynika, że jedynym powodem niskiej frekwencji w konkursie był brak czasu. Spłacanie leasingów pobranych na kosztowny sprzęt piekarski nie może jednak przekreślać szansy na sukces. Piekarenek będzie nadal przybywać, więc lokalna konkurencja także będzie rosnąć, udział w konkursie i tytuł „Master Baker” sprawi, że wizerunek rzemieślniczej piekarni będzie jeszcze lepszy, a jej konkurencyjność na nasyconym rynku z pewnością będzie wyższa.

„Żeby człowiek żył musi mieć chleb” [św. Jan Paweł II]

Chleb towarzyszy człowiekowi od narodzin po jego kres właściwie na wszystkich szerokościach geograficznych. W dynamicznie rozwijającej się Polsce po zmianie ustroju obserwujemy stały, spadkowy trend spożycia pieczywa, wraz z modą na pieczywo białe, tanie, produkowane przemysłowo spadła jego wartość odżywcza.

Głównym celem Master Baker jest to, aby przy obecnym, dramatycznie niskim spożyciu pieczywa mogło ono dostarczać maksymalną ilość wartości odżywczych. Konsumenci powinni wybierać pieczywo smakowite – to nie ulega wątpliwości, ale zarazem pożywne i prozdrowotne czyli wytwarzane w wyniku długiej fermentacji, z udziałem naturalnych kwasów piekarskich, mąki z pierwotnych odmian zbóż z upraw ekologicznych, z udziałem prawdziwej mąki całościarnowej „nierafinowanej” - zawierającej otręby i zarodki źródło nieutlenionych tłuszczów występujące w mące świeżej, ze zbóż zmielonych na mąkę bezpośrednio przed użyciem.

„Twoje pożywienie powinno być lekarstwem, a Twoje lekarstwo powinno być pożywieniem” [Hipokrates]

Komu potrzebne są otręby i zarodki? Wszystkim. Duńscy naukowcy skupieni wokół projektu Fuldkorn poszukując sposobów na zapewnienie jak najdłuższego życia w jak najlepszej kondycji zdrowotnej zalecają, aby osoby dorosłe spożywały 75g mąki pełnoziarnistej dziennie. Niestety zawartość błonnika w mąkach „pełnoziarnistych” jest różna, dlatego Instytut Żywności i Żywienia oraz WHO rekomendują monitorowanie spożycia błonnika. Źródłem błonnika są otręby, których spożycia dość łatwo byłoby pilnować, szczególnie że znamy rekomendowane spożycie otręb na poziomie 25-35g w zależności od wieku, płci, kondycji zdrowotnej.

Wg GUS statystycznie Polacy spożywają tak mało pieczywa, że przechodząc z dnia na dzień na chleb „pełnoziarnisty” wciąż nie dostarczalibyśmy rekomendowanej ilości otręb. W roku 2020 spożywaliśmy przeciętnie 2,75kg chleba miesięcznie, co daje ok. 91 gramów chleba dziennie. Gdyby więc przestawić się na 100% pieczywo ciemne dziennie przypadłoby ledwo kilka gramów otręb. W uproszczeniu ilość otręb w gotowym pieczywie „pełnoziarnistym” zależy od receptury i użytej mąki. Problem jednak w tym, że

mąki razowe z różnych zbóż mają różną zawartość otrąb, przykładowo chleb „pełnoziarnisty” z wysokoskrobiowej konwencjonalnej pszenicy konsumpcyjnej i „taki sam” z ekologicznej pszenicy okrągłozziarnowej Trispa będą zawierały różne ilości otrąb. Podobnie z żyta konwencjonalnego oraz jego dzikiej odmiany – krzycy, która proporcjonalnie zawiera więcej okrywy nasiennej. Konsument takich szczegółów nie musi znać pod warunkiem, że zostanie wprowadzone obowiązkowe oznaczenie % referencyjnej wartości spożycia otrąb (%RWS). Obecne, dramatycznie niskie spożycie chleba w połączeniu z niską wartością odżywczą pieczywa to sukces przemysłu i porażka systemowa - wynikają z tego kolejno nadwaga, otyłość, a w jej wyniku dalsze powikłania i choroby. Zresztą zgodnie z przewidywaniami Sylwestra Grahama. Najnowsze badania naukowe wykazują o wiele szersze relacje niskiej ilości i słabej jakości spożywanego pieczywa z brakiem właściwej mikroflory jelitowej, w następstwie z różnymi dolegliwościami, chorobami, czy depresją... Historia uprzemysłowionej produkcji zbożowej to ledwo 150-180 lat, na tle historii człowieka od „czasu dzikich żniw zbóż” gdy prowadził koczowniczy tryb życia, czy ostatnich kilkunastu tysięcy lat udomawiania gatunków zbóż lata przemysłu to tylko epizod. Dlaczego biała mąka w tak krótkim czasie zawładnęła ludzkością na całym świecie? Winą jest m.in. ówczesny stan wiedzy medycznej, który za zdrową mąkę uznawał wyłącznie mąkę białą, stąd coraz to kolejne udoskonalenia maszyn i technik przemiału, przesiewania. Zagorzali przeciwnicy mąki białej jak Sylvester Graham nie mieli dostatecznej siły przebiccia. Dawne mąki razowe często były tragiczne, często wilgotne, stęchłe, z plewami, słomą i piachem a ich wytworzenie wiązało się z wysiłkiem fizycznym. Można sobie wyobrazić że polewki, bryje, twarde jak kość placki chlebowe, czy pieczywo z nich robione wychodziło obrzydliwe. Nic dziwnego, że ludzkość szybko uzależniła się od łatwo przyswajalnych węglowodanów z białej mąki. Unikalny smak pieczywa białego, miękkiego, puszystego zarezerwowany wcześniej wyłącznie dla najbogatszych stał się dostępny masowo. Wcześniej pieczywo

jasne gościło na stołach góra dwa razy w roku na Wielkanoc i Boże Narodzenie. Nie jest zaskakujące, że każdy z chęcią przyjął przemysł – kto nie chciałby jeść kajzerki (bułek cesarskich) na co dzień. Ludzkość stała się niewolnikiem pieczywa białego, taniego, wytwarzanego taśmowo, metodami skróconymi jednofazowymi, mrożonego, dopiekanego w punktach sprzedaży, z mąk z polepszaczami smaku, aromatu, koloru, objętości, różnymi dodatkami stabilizującymi... przemysł pozwolił ludzkości osiągnąć „cel” i dziś każdego stać na białe pieczywo i to co dziennie.

Obecne badania naukowe dowodzą, że należy jednak spożywać produkty z mąk ciemnych. Obecna technologia pozwala nam z powodzeniem wrócić do mąk całościarnych, w przeciwieństwie do pierwotnych wolnych od wszelkich zanieczyszczeń, wytwarzanych z odpowiednio doczyszczonych ziaren zbóż, mielonych na elektrycznych młynkach z twardymi żarnami korundowo-ceramicznymi np. Mockmill bezpośrednio przed użyciem w domu czy piekarni rzemieślniczej. Świeżo zmielone mąki całościarne odpowiadają 100% składowi ilościowemu i jakościowemu ziarna z którego pochodzą, bogate w nieutlenione, naturalne tłuszcze, a produkty z nich są aromatyczne i smakowite. Aby móc zastosować odwyk od „pustych kalorii”, musi istnieć alternatywa. Jest nią prozdrowotne pieczywo wytwarzane pieczołowicie w małych piekarniach, lub wytwarzane samodzielnie w domach. Aby takie pieczywo zasmakowało podniebieniu, które w wyniku rewolucji przemysłowej stały się nad wyraz delikatne musi ono być naprawdę smakowite i w różnym asortymencie – tylko wówczas tzw „razowce” mogą stać się chlebem powszednim.

Na piekarzu spoczywa odpowiedzialność dbania o jakość surowców, ich pochodzenie. To jednak konsument musi zacząć domagać się rzetelnych informacji od piekarza na temat surowców, wówczas ten zacznie wymagać rzetelnych informacji od młynarza i rolnika.

Kraftowe pieczywo nie ustępuje w niczym światowemu

Polskie piekarstwo zmienia się z roku na rok. Autorskie, kraftowe pieczywo w Polsce nie ustępuje w niczym światowemu. Dostęp do mediów społecznościowych to ciągła wymiana wiedzy i doświadczeń między piekarzami z całego świata. Dzięki temu rośnie ilość piekarń zakładanych przez pasjonatów chleba, nie obawiają się eksperymentować, samodzielnie wytwarzają mieszanki wypiekowe, z dodatkiem mąk świeżo mielonych, wzbogacane o zboża rzekome, rośliny strączkowe, zioła, suszone warzywa, kwiaty... dzięki czemu konsumenci mają do wyboru coraz bardziej różnorodny asortyment pieczywa. Ceny autorskiego pieczywa należą jednak do wysokich, dlatego coraz więcej osób podejmuje się amatorsko wypiekać chleby we własnych mieszkaniach. Skupieni wokół facebookowej grupy „Domowy Piekarz”, wyszukują dostawców zbóż, wytwarzają samodzielnie mąki na domowych elektrycznych żarnach i wypiekają wspaniałe chleby – czasem tak pięknie udekorowane, że żal kroić. To wszystko bardzo korzystne zmiany, pozytywnie oddziałują na polskie rolnictwo – m. in. na zwiększenie różnorodności hodowli zbóż, obszarów upraw certyfikowanych bio, dostaw bezpośrednich oraz rolniczego handlu detalicznego.

Do kogo skierowany jest konkurs?

Konkurs Master Baker adresowany jest do wszystkich osób wypiekających chleby zawodowo i amatorsko zarówno regularnie jak i okazjonalnie. Każdy umie upiec chleb. To proste! Jeśli nie umie to może się nauczyć, wystarczy odrobina chęci aby samodzielnie wytwarzać podkłody drożdżowe czy aktywne zakwasy, na nich wieloetapowo prowadzić ciasta, i wypiekać chleby.

Jury

Spośród zgłoszonych w eliminacjach prac Jury w składzie Katarzyna Mojsykiewicz, Czesław Meus, Piotr Kucharski, Łukasz Dobrowolski, Piotr Złociński i Piotr Połomski wybierze 12 finalistów w czterech kategoriach:

piekarze zawodowi, amatorzy, Koła Gospodyń Wiejskich oraz uczniowie szkół o profilu spożywczym. Autorzy najlepszych prac spotkają się w finale, który odbędzie się na żywo podczas targów Polagra w Poznaniu w dniach 26-28 września 2022 r. Dla uczestników oprócz niezapomnianego przeżycia, będzie to także okazja do poznania osobiście ekspertów z branży piekarskiej oraz krok do dalszej kariery. W 2019 roku w pierwszej edycji w kategorii amatorów zwyciężyła Matylda Kustra, w kategorii zawodowców zwycięzcą został Krzysztof Bryjka. W drugiej edycji w kategorii zawodowców zwyciężył Karol Żuber, w kategorii amatorów Małgorzata Rybacka, w kategorii KGW Krzysztof Ryndak, najlepszym uczniem okazał się Wiktor Pałka.

Jakie są cele projektu?

Chcielibyśmy, aby dzięki konkursowi wzrastała liczba młodzieży chętnej do nauki w Szkołach Branżowych o profilu piekarskim, wzrastała liczba dorosłych kształconych w ramach bezpłatnych kwalifikacyjnych kursów zawodowych oraz na kursach wypieku chleba w prywatnych szkołach kulinarnych. Oczekujemy, że nauczyciele zawodu piekarza będą stale podnosili swoje kwalifikacje i będą chętni tę wiedzę przekazywać podopiecznym. Pragniemy aby pracownie do zajęć praktycznych były sukcesywnie wyposażane w najlepsze surowce ekologiczne i urządzenia jak np. fermentatory, pH metry, młynki żarnowe itp. Ponadto w programach nauczania zawodów cukiernika i kucharza powinny pojawić się podstawy wypieku pieczywa, aby w razie kolejnych restrykcji związanych z pandemią mogli elastycznie modyfikować profil produkcji.

Największym sukcesem będzie, gdy zawód piekarza znów stanie się zawodem szanowanym w społeczeństwie, pożądanym i bardzo dobrze płatnym. Chcielibyśmy aby stale wzrastało zapotrzebowanie na regionalne wiejskie pieczywo wypiekane w Kołach Gospodyń Wiejskich, oraz przez samych rolników wytwarzane z hodowanych przez nich zbóż, wypiekane w

przydomowych piekarniach, sprzedawane w ramach rolniczego handlu detalicznego w modelu „od pola”, aby sukcesywnie podnosili rentowność swoich gospodarstw.

Dla kultywowania tradycji wypieku chleba niezmiernie ważne jest, aby stale wzrastał procent Polaków, którzy samodzielnie wypiekają domowe chleby i by mogli tę umiejętność przekazywać swoim dzieciom i wnukom. To wspaniałe, zdrowe hobby i sposób na wspólne spędzenie czasu. W przyszłych edycjach prawdopodobnie zaprosimy kolejne grupy (np. duety rodzic z dzieckiem). Chcielibyśmy, by konkurs Master Baker urósł do takiej rangi, by kreować trendy w piekarstwie nie tylko w polskim, by stworzyć narodową reprezentację piekarzy, która będzie wygrywać w międzynarodowych zmaganiach piekarskich.

Organizator, wykonawca, patronat

Organizatorem konkursu Master Baker jest Ogólnopolskie Stowarzyszenie Przetwórców i Producentów Produktów Ekologicznych „Polska Ekologia”. Wykonawcą zadań projektu są Międzynarodowe Targi Poznańskie. Konkurs sfinansowano ze środków Funduszu Promocji Ziarna Zbóż i Przetworów Zbożowych.

Wiodące, polskie, branżowe media objęły wydarzenie patronatem.

Minister Rolnictwa i Rozwoju Wsi Henryk Kowalczyk docenił ideę konkursu Master Baker udzielając patronatu honorowego.

Zapraszamy do udziału! Eliminacje trwają tylko do 15 września 2022.

Strona www projektu: <http://MasterBaker.pl>

Formularz zgłoszeniowy: <http://MasterBaker.pl/#formularz>

#KonkursMasterBaker