

Szybki i pyszny chleb z Zielonego Zagonka

Ewa Kozioł



SŁOWIAŃSKA ZIELARKA

Odkryj więcej sprawdzonych przepisów w DARMOWYM herbarium wejdź na [www.słowianskazielarka.pl](http://www.slowianskazielarka.pl) , aby uzyskać swój dostęp i zacząć skutecznie używać ziół

Pieczemy pyszny chleb!

Mało kto mając dzieci ma czas na pieczenie chleba, pomimo szczyrych chęci. Przeważnie w internecie znajdziecie pełno przepisów na wspaniałe bochenki, jednak są one bardzo często czasochłonne. Dlatego podzielę się z wami moim szybkim bochenkiem, który zawsze wychodzi. Zapraszam na pyszny chleb!

Szybki i pyszny chleb



Co potrzebujesz:

- 120 ml wody
- 400 gramów zakwasu chlebowego
- 300 gramów mąki pszennej
- 100 gramów mąki żytniej
- 1,5 łyżki soli
- 0,5 łyżki cukru
- kminek, czarnuszka lub nasiona słonecznika, sezamu

1. W misce wymieszaj wodę, zakwas, sól, cukier i przyprawy.

2. Do masy dodaj mąkę, najpierw mieszaj łyżką, kiedy masa będzie dość sucha przełóż ją na blat i wyrabiaj ciasto przez 10 minut

3. Kiedy ciasto osiągnie konsystencje twardego ciasta drożdżowego, pozostaw je na 1 godzinę w naoliwionej misce do

wyrastania

4. Po godzinie odgazuj chleb (ugniataj go przez 1 minutę) następnie uformuj bochenek
5. Pozostaw na minimum 5 godzin do wyrastania
6. Nagrzej piekarnik do temperatury 250 stopni
7. Włóż chleb do piekarnika wcześniej spryskanego obficie wodą
8. Piecz w temperaturze 250 stopni przez 10 minut, a następnie obniż ją do 200 i piecz przez kolejne 35 minut
9. Po upieczeniu pozostaw chleb na kratce do ostygnięcia

SMACZNEGO!

A tutaj jest film (proszę bądźcie wyrozumiali, nie wiem czemu nie ma dźwięku, jutro naprawię)

Bardzo istotny komentarz do postu od Ewy : „Dla osób, które uważają, że ich zakwas jest leniwy – dokarmcie go trochę i podgrzejcie, tzn wstawcie w bardzo ciepłe miejsce np. w kuchni na szafkach wiszących. Można też owinąć go kocem.

Ja kiedy robiłam drugi zakwas, to w okryłam go poduszką elektryczną na „1” przez dwie godziny. Ruszył jak burza. Pierwszy zakwas wylałam bo był leniwy, słabo pracował. Wtedy nie wiedziałam co robić. Potem rozmawiałam z babcią koleżanki (staruszka miała wtedy ponad 90 lat) i opowiedziała mi jak nauczyła ją jej mama, choć mówi, że w dawnych czasach zakwas był przekazywany córkom gdy wychodziły za mąż. Suchy leżał sobie w dzieży przykryty szmatką lub pokrywą (były dzieże z pokrywami).”

[youtube_sc url="http://youtu.be/s3CnDhKRyvA" theme="light" rel="0"]

[mpp_inline id="55194"]

UWAGA, ten dokument jest prawnie chroniony prawem autorskim
©Copyright 2012-2024 Fundacja Zielony Zagonek, nie wolno go
powielać, kserować ani używać w jakikolwiek sposób bez
kontaktu z autorem na stronie www.slowianskazielarka.pl