

Chleb pełnoziarnisty



IWONADD



CZAS
PRZYGOTOWANIA
1H



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

mąka pełnoziarnista	350 g pszenna
mąka pszenna	100 g chlebowa
zakwas do chleba	1 szklanka
sól	1 łyżeczka
woda	100 ml

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Zakwas* wymieszać z wodą (100 ml), dodać do mąk, wymieszać składniki w naczyniu aż do połączenia się.
- * użyłam zakwas pszenny
- KROK 2 A następnie przenieść się na stolnicę i podsypując odrobiną mąki wyrobić gładkie ciasto. W połowie wyrabiania dodać sól. Przykryć je ściereczką lub folią i pozostawić na 1h
- KROK 3 po tym czasie rozwałkować ciasto na prostokąt i złożyć krótsze brzegi do środka
- KROK 4 obkrócić o 90 stopni i ponownie złożyć brzegi do środka, tak złożone ciasto pozostawić na 1h, a następnie powtórzyć składanie i ponownie pozostawić przykryte na kolejną 1h
- KROK 5 Po tym czasie rozwałkować i zwinąć w rulonik formując podłużny bochenek.
- KROK 6 Przykryć folią spożywczą i zostawić na 1,5-2 h do wyrośnięcia

KROK 7

Po tym czasie rozgrzać piekarnik na maximum (u mnie 250 stopni), zrobić kilka nacięć na wierzchu bochenka, gdy piekarnik się nagrzeje na jego dno wrzucić kilka kostek lodu lub spryskać ścianki wodą, wstawić chleb i piec 10 minut, następnie zmniejszyć temperaturę do 225-220 i piec 20 minut, następnie zmniejszyć temperaturę do 200 stopni i piec jeszcze 10 min, a następnie uchylić troszkę drzwiczki piekarnika, zmniejszyć temp. do 180 i suszyć chlebek jeszcze 5-10 minut, po tym czasie wyjąć chleb i ostudzić przed krojeniem. Smacznego!