

Chleb pełnoziarnisty



IZIONA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

mąka pszenna	60 dag pełnoziarnista
drożdże suche	1 opakowanie
otręby pszenne	5 łyżek
cukier	1 łyżeczka
sól	1,5 łyżeczki
woda	2 szklanki
oliwa	2 łyżki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Mąkę wymieszać z otrębami, drożdżami i przyprawami, dolać ciepłą wodę i wymieszać tylko łyżką (nie musi być dokładnie wymieszane i odstawić na kilka minut, aby drożdże się uaktywniły. Po około 15 minutach dolać oliwę i przy pomocy robota zagnieść ciasto (wyrabiać je kilka minut), następnie przykryć i odstawić do wyrośnięcia.

Z wyrośniętego ciasta uformować 1 większy lub tak jak ja 2 mniejsze bochenki, ułożyć je na blaszce wyłożonej papierem do pieczenia, posmarować po wierzchu zimną wodą i posypać delikatnie mąką, odstawić do wyrośnięcia.

Piec w nagrzanym do 200st piekarniku około 35-40 minut w zależności od wielkości bochenków.