

Szybki chleb z ziarnami



BERNIKA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

mąka krupczatka	500 gr
drożdże	25 gr
cukier	1 szczypta
sól	2 łyżeczki
ziarna sezamu	2 łyżki
słonecznik łuskany	1/4 szklanki
płatki owsiane	1/2 szklanki
otręby pszenne	1/4 szklanki
ząbki czosnku	3 sztuki
pestki dyni	2 łyżki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Drożdże rozpuszczamy w 500ml wody. Dodajemy sól, cukier i przeciśnięty czosnek. Mąkę mieszamy z ziarnami. Wlewamy roztwór. Wyrabiamy mikserem ciasto. Odstawiamy na 30 minut w ciepłe miejsce do wyrośnięcia.

Keksówkę dość długą (u mnie 36x12) smarujemy masłem i posypujemy płatkami owsianymi. Wkładamy ciasto, wyrównujemy mokrą łyżką. Posypujemy słonecznikiem. Odstawiamy na 30 minut do ponownego wyrośnięcia. Pieczemy w dobrze nagrzanym piekarniku w 180st. przez 75-80 minut aż zrumieni się ładnie góra. Wyjmujemy z keksówki i odstawiamy na kratkę do ostygnięcia