

Chlebek Eli



ELI_555

CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MINILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

mąka poznańska	1 kg
drożdże świeże	50 g
zakwas żytn	1/2 slika po dżemie
słonecznik łuskany	1 szklanka
siemię lniane	3 łyżki
sezam	3 łyżki
sól	1 łyżka
cukier	1 łyżka
woda	1 (ciepła)

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Do przesianej mąki dodać sól, słonecznik, siemię, sezam i wymieszać. W 1/2 litra wody rozpuścić drożdże i cukier. Wlać do mąki z dodatkami, dodać zakwas, wlewać stopniowo wodę (nie od razu całą, bo może być za dużo) i dokładnie wymieszać. Oprószyć mąką, przykryć ściereczką i odstawić do wyrośnięcia w ciepłe miejsce. Ciasto po wyrośnięciu jest dość wolne. Dwie podłużne formy babkowe wysmarować margaryną. Wyrośnięte ciasto jeszcze raz wymieszać i przełożyć do foremek. Ciasto wyrównać dłonią zwilżoną wodą i włożyć do zimnego piekarnika. Ustawić temperaturę 50 stopni na 30 minut. Po tym czasie zwiększyć temperaturę do 190 stopni i piec jeszcze 1 godzinę. Smacznego!

Zakwas: wsypać mąkę żytnią żurkową do słoika po dżemie, dolać 3 łyżki gotowego zakwasu na żurek i dolać ciepłej wody. Zakwas musi być gęsty, prawie papkowaty. Zakwas zostawić w ciepłe na 2-3 dni. Przechowywać w zakręconym słoiku w lodówce. Po ubraniu 1/2 słoika uzupełnić do pełna i dalej można przechowywać w lodówce, aż do następnego wypieku chleba, zawsze uzupełniając do pełnego słoika.

