

Chleb mieszany na zakwasie



ANNA217



CZAS
PRZYGOTOWANIA
1H



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

zakwas	1 szklanka
mąka pszenna razowa	50 dag
płatki owsiane	1/4 szkl
otręby pszenne	1/4 szkl
siemię lniane	1/4 szkl
kminek Prymat	3 łyżeczki
sól	3 łyżeczki
woda	1 (przegotowana)
mąka żytnia	50 razowa

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Zakwas rozprowadzić wodą. W misce wymieszać wszystkie suche produkty, wlać rozcieńczony zakwas i wszystko starannie wymieszać, a następnie wyrobić ciasto. Przełożyć je do dużej natłuszczonej formy, odstawić na 12 godz, by wyrosło. Piec ok 60 min w temp. 200 st C. Następnie posmarować wierzch ciasta ciepłą wodą i dopiec jeszcze 15-20 minut