

Bułki pszenno-razowe

Z przepisu wychodzi 6 bułek

Składniki na zaczyn/rozczyń:

30 g drożdży świeżych
(prasowanych)

125 ml wody przegotowanej (0,5
szklanki)

1 łyżeczka cukru

2 łyżki mąki pszennej



Składniki na bułki:

200 g mąki pszennej (typ 450-650)

100 g mąki pszennej razowej

125 ml wody przegotowanej (0,5 szklanki)

1 łyżeczki soli

3 łyżki oleju

do posypania siemię lniane

Wykonane:

W pierwszej kolejności robimy zaczyn. Do miski kruszymy drożdże i zalewamy 125 ml przegotowanej letniej wody. Następnie dodajemy dwie łyżki mąki pszennej oraz łyżeczkę cukru i wszystko dokładnie mieszamy, aż do rozpuszczenia się drożdży. Przykrywamy ściereczką i odstawiamy w ciepłe miejsce na 15 min, żeby drożdże zaczęły pracować. Jeżeli nie mamy ciepłego miejsca w domu nagrzewamy piekarnik do 30-35°C i tam wkładamy nasz zaczyn na 15 min.

Po 15 min, gdy zaczyn ładnie pracuje dodajemy resztę wody (125 ml), mąkę pszenną i razową, sól, olej i wszystko dobrze mieszamy. Następnie nasze ciasto przerzucamy na

stolnicę i wyrabiamy około 15 - 20 min. Wyrobiecie ciasta możemy zostawić robotowi jeżeli ktoś ma. Gdy ciasto za bardzo nam się klei do rąk lub stolnicy podsypujemy mąką.

Na koniec formujemy ładną kulę i ponownie wkładamy nasze ciasto do miski, przykrywamy ściereczką i odstawiamy w ciepłe miejsce do wyrośnięcia na około 1 - 1,5 godz. Po tym czasie ciasto jeszcze raz musimy wyrobić przez kilka minut, żeby pozbyć się powietrza.

Ciasto dzielimy na sześć części (po około 95 g). Bułki formujemy zwijając boki ciasta do środka, by naprężyć ciasto i podczas pieczenia ciasto będzie rosnęło do góry. Bułki nacinamy w kształt krzyża. Smarujemy wodą i posypujemy siemieniem lnianym.

Tak przygotowaną blaszkę z bułkami odstawiamy w ciepłe miejsce na około 30 min, aby podwoiły swój rozmiar. Do piekarnika wstawiamy naczynie z gorącą wodą i nagrzewamy piekarnik do 200°C. Wstawiamy blaszkę z naszymi bułkami i pieczemy przez około 15 - 20 min.

Możemy zastosować też inny sposób pieczenia bułek. Blaszkę z naszymi bułkami odstawiamy do piekarnika nagrzanego do 30°C na około 30 min. Po tym czasie, bez otwierania już piekarnika, ustawiamy temperaturę na 200°C i pieczemy przez około 20 min. Gdy piekarnik będzie się nagrzewał bułki ładniej jeszcze nam urosną. Do piekarnika wcześniej wkładamy naczynie z wodą.

Po upieczeniu wyciągamy i studzimy na kratce z piekarnika.

Uwaga! Czas pieczenia jest uzależniony od piekarnika. Każdy piekarnik jest inny, inaczej piecze, więc robiąc pierwszy raz chleb czy bułki kontrolujemy stopień wypieczenia.

Smacznego!

Przepis ze strony Kuchnia Magdy

<http://kuchniamagdy.pl>

