

Chleb orkiszowo-żytni na drożdżach

Składniki na zaczyn/rozczyn:

- 40 g drożdży świeżych (prasowanych)
- 100 ml wody przegotowanej
- 1 łyżeczka cukru
- 2 łyżki mąki (orkiszowej jasnej lub zwykłej pszennej)



Składniki na chleb:

- 400 g mąki orkiszowej jasnej
- 200 g mąki żytniej typ 2000
- 400 ml wody przegotowanej
- 100 g pestek słonecznika
- 1 łyżeczka soli
- 4 łyżki oleju

Wykonane:

W pierwszej kolejności robimy zaczyn. Do miski kruszymy drożdże i zalewamy 100 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 (400 ml), mąkę żytnią i orkiszową, sól, pestki słonecznika i olej oraz 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 na chleb 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 około 5 min, żeby pozbyć się powietrza. Następnie bierzemy blaszkę do pieczenia (keksówkę) o cm, smarując ją lekko olejem roślinnym i rozkładamy w niej równomiernie ciasto. Górę ciasta w foremce smarujemy wodą pędzelkiem lub spryskujemy wodą z atomizera, posypujemy słonecznikiem. Tak przygotowaną blaszkę z naszym ciastem na chleb odstawiamy do piekarnika nagrzanego do 30°C na 15 min, żeby ciasto podwoiło swoją objętość. Dlaczego wkładamy do piekarnika? Żeby po wyrośnięciu ciasta (w Innym miejscu) nie przenosić go do piekarnika, bo nam opadnie. A drugą zaletą jest to, że kiedy piekarnik będzie się rozgrzewał, to ciasto nam jeszcze ładniej urośnie. Do piekarnika wcześniej wkładamy naczynie z wodą.

Po 15 min ustawiamy piekarnik na 200°C bez termo obiegu. Pieczemy przez około 30 min. Po tym czasie, wyciągamy nasz chleb z blaszki i wkładamy do piekarnika, jeszcze na około 10 min, ale już bez formy jedynie na kratce piekarnikowej, żeby chlebek podpiekł się ładnie z każdej strony.

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

Przepis ze strony Kuchnia Magdy

<http://kuchniamagdy.pl>

