

Chleb na zakwasie krok po kroku

Składniki:

- 400 g mąki pszennej (typ 650)
- 50 g mąki razowej (typ 2000)
- 120 g zakwasu żytniego
- 300 ml wody
- 1 łyżeczka soli

Wykonanie:

Żeby przygotować chleb, musimy dzień wcześniej dokarmić zakwas. Dla ułatwienia, żeby każdy sobie poradził z pieczeniem tego chleba (szczególnie niedoświadczeni w tej dziedzinie) podam dokładne godziny, w których wykonywałam konkretne czynności. W ten sposób każdy łatwiej może zrozumieć i upiec chleb.



Tak więc o godzinie:

19:00 wyciągamy zakwas z lodówki i zostawiamy na dwie godziny do ocieplenia.

21:00 zakwas dokarmiamy i zostawiamy na noc, żeby zaczął pracować.

Autoliza

Wyjaśnienie - Autoliza jest to wyrabianie ciasta bez jego wyrabiania. W trakcie tego procesu tworzą się w cieście połączenia i gluten.

8:50 dnia następnego bierzemy 120 g aktywnego zakwasu i przekładamy do miski. Wlewamy 300 ml ciepłej wody (około 30°C) i mieszamy, łącząc z zakwasem. Dosypujemy 400 g mąki pszennej (typ 650) oraz 50 g mąki razowej (typ 2000) i przez 2-3 minuty wszystko dokładnie mieszamy. Miseczkę przykrywamy folią spożywczą i odstawiamy na 60 minut.

Wstępne składanie

10:00 z miski ściągamy folię spożywczą. Dodajemy łyżeczkę soli i mocząc paluszki w wodzie, żeby ciasto się nie kleiło, naciągamy boki ciasta do przeciwległego boku. Robimy tak dookoła, przez kilka minut. Miseczkę ponownie przykrywamy folią spożywczą lub nakrywamy workiem spożywczym i odstawiamy na około 30-40 minut.

Trzykrotne składanie

10:35 blat lub stolnicę obsypujemy mąką i wykładamy ciasto. Ciasto rozciągamy wzdłuż i wrzesz za pomocą grawitacji, czyli: podnosząc je i pozwalając, żeby ciasto samo się rozciągało, od swojego ciężaru. Następnie składamy ciasto w kopertę i tworzymy kulę naciągając boki. Wkładamy ponownie do miski obsypanej mąką, łączeniem do dołu. Odstawiamy na około 30-40 minut.

Składanie powtarzamy o godzinie **11:15 i 11:50**

Wstępne formowanie

12:25 ciasto przekładamy na blat obsypany mąką, rozciągamy je i składamy tak jak wcześniej w kopertę. Następnie odwracamy ciasto łączeniem do dołu i dłońią popychamy, żeby powolutku ciasto posuwało się. W ten sposób będziemy naciągać boki. Robimy to z każdej strony. Ciasto zostawiamy na stolicy i przykrywamy miską, w której ciasto wyrastało. Zostawiamy je ponownie na 30-40 minut.

Formowanie końcowe

13:00 ciasto odwracamy, tak żeby łączenie, które było wcześniej na dole znalazło się u góry. Ponownie rozciągamy je i składamy w kopertę, odwracamy je i naciągamy, posuwając po blacie jak we wstępnym formowaniu. Przekładamy do wyrastania do koszyka ratanowego, obsypanego mąką ryżową. Jak nie mamy koszyka do wyrastania, możemy użyć zwykłej miski, którą wykładamy ściereczką i posypujemy mąką ryżową.

Ciekawostka: Mąka ryżowa ma to do siebie, że się nie przypala i można ją łatwo usunąć z chleba, po jego upieczeniu.

Po włożeniu do wyrastania do koszyka ratanowego naciągamy brzegi ciasta do środka i łączymy je ze sobą na środku. Na koszyczek nakładamy torbę spożywczą, w taki sposób, żeby nie dotykała ciasta i miała jeszcze przestrzeń, żeby ciasto po wyrośnięciu nie przykleiło się do niej. Ciasto zostawiamy na około 2 godziny do wyrośnięcia.

15:00 do piekarnika wkładamy naczynie żaroodporne z pokrywką i nagrzewamy do 240°C, a w międzyczasie wycinamy papier do pieczenia, którym przykrywamy wierzch ciasta w koszyczku, w którym rośło (wytnijmy większy, żeby można było trzymać boki). Przewracamy je szybkim ruchem trzymając spód koszyczka. Ciasto znajdzie się na papierze do pieczenia, a my zdejmujemy koszyczek i ostrym nożem nacinamy chleb wzdłuż lub na krzyż. Po nagrzeniu się piekarnika wyciągamy naczynie żaroodporne i przy pomocy papieru do pieczenia przenosimy ciasto do naczynia żaroodpornego. Przykrywamy przykrywką (naczynie musi być na tyle wysokie, żeby nie dotknęło chleba podczas rośnięcia). Można użyć dwóch dolnych części naczyń, zamiast przykrywki. W ten sposób uzyskamy wysokie naczynie. Naczynie żaroodporne wkładamy do piekarnika.

Pieczenie

Pieczemy przez 25 minut, w temperaturze **240°C**. Po tym czasie odkrywamy naczynie żaroodporne i pieczemy jeszcze przez 20 minut, w temperaturze **200°C**.

Po upieczeniu chleb wyciągamy z piekarnika, następnie z naczynia żaroodpornego i studzimy na kratce.

Smacznego!

Przepis ze strony Kuchnia Magdy

<https://kuchniamagdy.pl>

