

Chleb drożdżowy pszenno-żytni na jogurcie

Składniki na zaczyn:

- 20 g drożdży świeżych
- 250 ml wody ciepłej
- 1 łyżeczka cukru
- 1 łyżka mąki pszennej

Składniki na ciasto:

- 380 g mąki pszennej (typ 650)
- 200 g mąki żytniej razowej (typ 2000)
- 150 g jogurtu naturalnego
- 2 łyżki oleju rzepakowego
- 1 łyżeczka soli

Dodatkowo:

- naczynie żaroodporne

Wykonanie:

Zaczyn

Do miski wkruszamy drożdże, dosypujemy cukier, mąkę i dolewamy ciepłą wodę (o optymalnej temperaturze 30°C -35°C) i mieszamy, aż do rozpuszczenia się drożdży. Przykrywamy folią spożywczą lub ściereczką i zostawiamy na około 15 min, żeby drożdże zaczęły pracować.

Ciasto na chleb

Po około 15 minutach, kiedy drożdże zaczęły pracować, dosypujemy mąkę razową, pszenną (zostawiamy trochę do podsypywania podczas wyrabiania). Dodajemy olej rzepakowy, sól, jogurt naturalny o temperaturze pokojowej i wszystko wstępnie mieszamy łyżką, aż ciasto wchłonie całą mąkę. Następnie ciasto przrzucaamy na blat podsypywany mąką i wyrabiamy je około 15 minut. Gdy ciasto będzie kleić się do blatu podsypujemy mąką. Jeśli ciasto wyrabiać będzie robot wystarczy 10 minut.

Po wyrobieniu ciasta, zwijamy je w kulkę z podwiniętymi bokami pod spód i przekładamy je do miski oprószonej mąką. Przykrywamy folią spożywczą lub ściereczką i odstawiamy na około 60 minut do wyrośnięcia.



Po wyrośnięciu ciasta przekładamy je na blat i minutkę wyrabiamy, żeby pozbyć się gazów. Następnie lekko rozplaszczamy, zawijamy boki ciasta do środka, odwracamy i formujemy kulę.

Bierzemy miseczkę, wykładamy papierem do pieczenia i wkładamy ciasto. Papier wkładamy do miseczki, ponieważ później po wyrośnięciu będzie można przy jego pomocy wyciągnąć ciasto. Miseczkę przykrywamy ściereczką i zostawiamy na około 30 minut, do podwojenia objętości.

Do piekarnika wkładamy naczynie żaroodporne i nagzewamy piekarnik razem z naczyniem w środku - do 240°C.

Kiedy ciasto podwoi objętość, a piekarnik nagrzej się do pożądanej temperatury, wyciągamy gorące naczynie żaroodporne i przekładamy do niego wyrośnięte ciasto. Czynność tą robimy przenosząc ciasto wraz z papierem do pieczenia, tym który włożyliśmy do miski wraz z ciastem. Ciasto nacinamy w poprzek lub robiąc znak krzyża. Naczynie żaroodporne przykrywamy i wstawiamy z powrotem do piekarnika, zmniejszając temperaturę do 200°C. Pieczemy przez 30 min. Po tym czasie odkrywamy naczynie i pieczemy jeszcze około 15 min, aż chleb ładnie się zarumieni i będzie miał złocistą skórkę.

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

Smacznego!

Przepis ze strony Kuchnia Magdy

<https://kuchniamagdy.pl>

