

Chleb domowy bez drożdży:

Składniki:

1. Dojrzały zakwas (około 200 g)
2. Mąka pszenna chlebową 0,350 kg (można ¼ część zastąpić mąką pełnoziarnistą np. graham, z płaskórki itp.)
3. Mąka żytnia jasna 0,150 kg
4. Sól – 1 łyżeczka
5. Woda - 0,5 litra

Wykonanie zakwasu:

1. Podczas szykowania ciasta – po jego wymieszaniu odłóż do szklanego naczynia około 0,20 kg
2. Lekko zakręcone naczynie (nie może być szczelnie zakręcone) schowaj do lodówki na okres 3 – 5 dni, w trakcie tego czasu zakwas powiększy swoją objętość i będzie dojrzały do użycia

Wykonanie ciasta:

1. Odważ poszczególne składniki
2. W dużej misce wymieszaj (jeśli nie masz thermomix) za pomocą blendera:
 - dojrzały zakwas
 - wodę
 - sól
3. Dopiero po takim wstępnym rozpuszczeniu zakwasu dodaj odważone mąki i wymieszaj (ręcznie lub maszynowo), dzięki temu nie będzie grudek
4. Formę do pieczenia wyłóż papierem piekowym, umieść ciasto, wygładź powierzchnię i posyp ją dowolnymi ziarnami (optymalnie 1/3 wysokości formy)
5. Odstaw na około 4 – 5 h (na kaloryferze ciepłym czas się skróci) i poczekaj aż ciasto wyrośnie na wysokość równą lub nieznacznie wyższą z rantem foremki, wskazane jest spryskiwanie powierzchni wodą (szybciej urośnie)
6. W m/dzy czasie rozgrzej piekarnik do temp. 200 stC (bez termoobiegu) i umieść wyrośniętą formę wcześniej porządnie spryskując wodą
7. Piecz 60 min
8. Wyjmij upieczony chleb z formy i pozostaw do wystudzenia, ścignij papier

Wskazówki:

1. Jeśli użyjesz wyłącznie mąki pszennej otrzymasz chleb/ bułki pszenne, pamiętaj jednak się mąka żytnia w sposób naturalny łatwiej się ukwasza i daje lepiej strawne pieczywo

