Chleb na zakwasie (na 2 foremki)(można zrobić z 1/2 porcji)

Nikita

Polecane na: **pieczywo**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

0 min

2 porcje

Składniki:

mąka żytnia (w większości) plus pszenna (1*) - 1 kg
sól - 2-3 łyżeczka
cukier - 1,5 łyżeczka
woda gazowana - 500 ml
woda przegotowana (3*) - 500 ml
zakwas - 250-250 ml
ulubione ziarna (2*) -
opcjonalnie czarnuszka, kozieradka -

Dodatkowe info:

1*- 1 kg mąki – generalnie mąka żytnia w większości plus pszenna, typy maki wg własnego uznania tj. grubo zmielona (żytnia typ 2000, graham 1850) lub drobno zmielona(żytnia 720, pszenna 750) , im więcej mąki grubo zmielonej typ 2000 /1850 tym chleb ciemniejszy i cięższy, można też zamiast graham 1850 użyć mąki pszennej chlebowej 750, wtedy chleb będzie jaśniejszy i lżejszy (ja daję: ok. 3-3,5 szkl. mąki żytniej typ 2000, 1 szkl mąki żytniej typ 720 (można zamienić na żytnią 2000), 3 szkl. mąki graham typ 1850)

2*- ziarna wg uznania (np. ¾ szkl. siemienia lnianego, ¾ szkl. ziaren dyni, ¾ szkl. ziaren słonecznika, można dodać otręby, sezam, płatki owsiane, babkę płesznik (dowolne kombinacje wg uznania)

3* -ilość wody może być różna, jest to około 1 l, ale zależy od tego jakich użyjemy mąk i od ich chłonności

Sposób przygotowania:

KROK 1: Zakwas przed pieczeniem chleba, najlepiej dzień wcześniej wyjąć z lodówki i dokarmić: dosypać 3-4 łyżki mąki żytniej, dolać wodę, wymieszać, przykryć gazą i zostawić na 12 h w ciepłym miejscu, powinny pojawić się bąbelki i powinien urosnąć, wtedy jest aktywny i chleb lepiej rośnie

KROK 2: Mąki, sól, cukier, zakwas i część wody dokładnie wymieszać drewnianą łyżką lub robotem (ja wyrabiam w robocie)

KROK 3: Po wyrobieniu ciasta odłożyć 2-3 łyżki ciasta na zakwas na następny chleb, włożyć do słoiczka i odstawić w temp. pokojowej na 8-12 godzin (przykryć ściereczką), po tym czasie słoiczek zakręcić i wstawić do lodówki. Można przechowywać do 10 dni. (Jeżeli po tym czasie

nie pieczemy chleba to zakwas dokarmiamy
i znów chowamy do lodówki.)

KROK 4: Do pozostałego ciasta dodajemy ulubione ziarna i ewentualnie dolewamy wodę, dokładnie wyrabiamy i przekładamy do foremek (wysmarowanych olejem i oprószonych otrębami), odstawiamy na 8-12 godzin (w temp. pokojowej) do wyrośnięcia. Przykryć ściereczką. Po tym czasie wysmarować wierzch ciasta olejem

KROK 5: Wstawić do nagrzanego piekarnika (góra-dół) na 210 stopni, po około 20-25 minutach zmniejszyć temperaturę do 180 stopni, piec jeszcze 45-50 minut (całkowity czas pieczenia 1 h -1 h 10 min.).

KROK 6: Po upieczeniu wyjąć foremek z piekarnika (aby chleb się nie uparował), wyjąć z foremek, studzić na kratce. Chleb zachowuje świeżość i smak około tygodnia.
Smacznego!