Chleb żytni na zakwasie z mąką żołędziową

Anita Zegadło Od A do Z ugotujesz

Polecane na: **pieczywo**

Warto wiedzieć:

0 min

1 porcja

Składniki:

- mąka żytnia - 750 g
- mąka z żołędzi - 100 g
- zakwas - 50 g
- sól - 2-3 łyżeczka
- woda - 650 ml

Dodatkowe info:

Dodanie mąki z żołędzi do chleba żytniego wzbogaca jego smak, dłużej jest świeży.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Przygotowanie: Do miski wlewamy 50 g zakwasu i dosypujemy 50 g mąki oraz ok. 50 ml wody. Mieszamy. Konsystencja powinna być pół-luźna(trochę bardziej gęsta niż ciasto naleśnikowe). Zaczyn odstawiamy na 10 godzin w ciepłe i ciemne miejsce w misce przykrytej ściereczką. Po tym czasie jak przejedziemy po powierzchni ciasta palcem powinny pokazywać się jakby rozrywane, przypominające gąbkę struktury.
Do zaczynu dodajemy ok. 450 ml wody, mieszamy i dodajemy 400 g mąki żytniej . Mieszamy aby uzyskać jednolitą, luźną masę i odstawiamy na 10 godzin. Ciasto wyrośnie i opadnie. Na brzegu miski pozostanie ślad po opadnięciu.

Wyrabianie: Po tym czasie dodajemy 150 ml wody z rozpuszczoną w niej solą i mieszamy. Do takiej mieszanki dodajemy 300 g mąki żytniej i 100 g mąki żołędziowej. Mieszamy ręcznie, najwygodniej za pomocą łyżki drewnianej, przez 2-3 minuty do momentu, kiedy ciasto chlebowe zacznie jakby "kląskać "zasysając powietrze. Mąka żytnia ma niewielką zawartość glutenu, więc nie da się wyrobić ciągnącego ciasta. (Dlatego żytnie chleby piecze się w foremkach.) Konsystencja ciasta powinna być jednolita, trzymać miskę w której jest wyrabiane. Ani za wodnista, ani za luźna (za sztywna może mniej wyrosnąć, za luźna da mokry niskiej jakości miąższ). W razie potrzeby trzeba dodać mąki lub wody dla uzyskania odpowiedniej konsystencji. Tak przygotowane ciasto wkładamy do foremki wysmarowanej oliwą i oprószonej mąką. Wyrównujemy powierzchnię wilgotną dłonią lub moczoną

w wodzie łyżką. Odstawiamy na ok. 40-45 min do wyrośnięcia (temperatura do wyrastania ok 32 st.C.)
Pieczemy w 230 stopniach C ok. 50 minut. Po wypieczeniu wyjmujemy chleb na kratkę do ostygnięcia.