

CHLEB ORKISZOWY

„Bardzo lubię orkiszowe pieczywo. Jest delikatniejsze w smaku niż żytnie, no i bardzo zdrowe. Ten chlebek drożdżowy jest bardzo smaczny, z chrupiącą skórką i delikatnym zbożowym wnętrzem”



SKŁADNIKI:

- 500 g mąki orkiszowej typ 2000
- 300 g mąki pszennej typ 650
- 16 g drożdży świeżych
- 600 ml ciepłej wody (niegorącej)
- 3 łyżki oleju/oliwy
- 2 i 1/3 łyżeczki soli
- 1 duża łyżka miodu

PRZYGOTOWANIE:

- Z drożdży, miodu, 1 łyżki mąki orkiszowej, 100 ml wody ciepłej zrobić zaczyn, czyli wymieszać wszystkie składniki i odsatwić na 15 minut.
- Po tym czasie dodać resztę składników i wyrobić ciasto najlepiej w robocie, gdyż ciasto dość mocno się lepi. Wyrabiać około 10 minut i po tym czasie podzielić ciasto na połowy i przełożyć je do posmarowanych tłuszczem i obsypanych mąką pełnoziarnistą keksówek. Ja na spód wysypuję także nasiona słonecznika, które po upieczeniu są spodzie chleba. Tak przygotowane chleby przykryć ściereczką i odstawić do wyrośnięcia w ciepłe miejsce na około 1 godzinę i 15 minut.

- Po tym czasie chleb posmarować mlekiem i obsypać nasionami słonecznika/dyni/sezamem.
- Piec w piekarniku nagrzanym do 200 stopni około 45 -50 minut.