

Chleb żytni na zakwasie



Składniki

120 g - zakwas
200 ml - woda
200 g - mąka żytnia
200 ml - ciasto właściwe
woda
400 g - mąka żytnia
1 łyżka - sól
1 łyżka - miód

Opis wykonania

chleb żytni na zakwasie

ciasto zakwaszone. 120 g zakwasu Dodaj letnią wodę i mąkę. Wymieszaj, przykryj i pozostaw na całą noc. Ciasto właściwe. Rano ciasto zakwaszone Dodaj do niego pozostałe składniki, wymieszaj Przykryj i odstaw na 2-3 godziny. Kiedy ciasto podwoi objętość, wyrób je krótko i przełóż do dużej foremki keksowej, wysmarowanej oliwą i wysypanej otrębami owsianymi. Wierzch posyp słonecznikiem i siemieniem lnianym. Przykryj lub włóż formę do plastikowej torby. Pozostaw na 2 godziny. Pieczenie. 220C-20min, 180c-45