

Domowy chlebek żytni z otrębami



Składniki

2 szklanka - mąka żytnia
1 szklanka - mąka
pszenna
1 szklanka - otręby żytnie
35 g - świeże drożdże
1 łyżeczka - sól
1/2 łyżeczka - cukier
300 ml - ciepła woda
3 łyżka - olej rzepakowy

Opis wykonania

Domowy chlebek żytni z żytnimi otrębami. Zdrowy, a przy tym bardzo smaczny.

Zaczyn drożdżowy na chleb : Drożdże umieścić w miseczce ceramicznej i zasypać ½ łyżeczki cukru, zalać 150 ml ciepłej wody. Dodać 3 łyżki mąki żytniej i 2 łyżki mąki pszennej. Całość wymieszać do jednolitej konsystencji. Zaczyn odstawić do wyrośnięcia na około 10-15 minut. Do szklanej miski wsypać pozostałą mąkę żytnią i pszenną oraz otręby, dodać sól i wymieszać. Następnie do całości dodać zaczyn drożdżowy i połączyć składniki. Dodać pozostałą wodę i olej rzepakowy. Całość dokładnie wyrobić do uzyskania jednolitej elastycznej konsystencji (wyrabiać ręcznie lub hakiem robota). Wyrobione ciasto chlebowe odstawić na około 30 minut w ciepłe miejsce do wyrośnięcia. Po wyrośnięciu ciasto należy ponownie wyrobić. Wyrobione ciasto przełożyć do natłuszczonej olejem rzepakowym formy. Odstawić do wyrośnięcia na około 20 - 30 minut. Piekarnik rozgrzać do temperatury 180 stopni, wstawić chleb, piec około 50 - 60 minut. Po upieczeniu wyciągnąć z foremki, zostawić na kratce do wystygnięcia . Smacznego !