

Chleb owsiany z łuską gryczaną



Składniki

140 g - płatki owsiane
470 g - gorąca woda
160 ml - letnie mleko
2 łyżka - olej
1 łyżka - cukier
2 łyżeczka - sól morską
500 g - mąka pszenna typ
500
10 g - świeże drożdże
1/2 łyżeczka - cukier
2 łyżeczka - łuska
gryczana mielona
3 łyżka - płatki owsiane

Opis wykonania

Oto mój domowy chleb: chrupiący z zewnątrz, wilgotny w środku i bardzo zdrowy, bo zawiera dużą ilość błonnika. I jest bardzo prosty w przygotowaniu.

Płatki wsypujemy do miski i zalewamy wrzątkiem. Dodajemy cukier, sól i olej. Odstawiamy do przestygnięcia. W misce, w której będziemy wyrabiać chleb kruszymy drożdże i dodajemy do nich mleko. Mieszymy, aż się rozpuszczą, dodajemy łyżkę mąki i 1/2 łyżeczki cukru. Gdy drożdże zaczną pracować dodajemy do nich przesianą mąkę, letnią owsiankę i mieloną łuskę. Wszystko dokładnie wyrabiamy mikserem przez 15 minut. Ciasto powinno pozostać kleiste. Miskę przykrywamy i odstawiamy na 60 minut do wyrośnięcia. Po tym czasie keksówki wykładamy papierem do pieczenia i przekładamy do nich ciasto. Wierzch wyrównujemy mokrą łyżką lub rękoma, formy przykrywamy i ponownie odstawiamy do wyrośnięcia. Keksówki powinny wypełnić się ciastem, aż do samego rantu. Piekarnik nagrzewamy do 200 stopni, chlebki delikatnie malujemy wodą i posypujemy płatkami. Foremki wkładamy do piekarnika i pieczemy około 40 minut. Po upieczeniu wyjmujemy z foremki i studzimy na kratce.