

# Żytnio-pszenny chleb ze słonecznikiem



## Składniki

500 g - Mąka żytnia  
900 ml - Woda  
250 g - Zakwas  
500 g - Mąka pszenna  
3 łyżeczka - Sól  
3 łyżeczka - Cukier  
1 szklanka - Słonecznik  
1 łyżeczka - Czarnuszka

## Opis wykonania

Żytnio-pszenny chleb ze słonecznikiem

Piekę różnego rodzaju pieczywo: chleb kukurydziany, irlandzki na maślane, bezglutenowy z samych ziaren, bagietki francuskie, niemniej w moim domu największą popularnością cieszy się tradycyjny (jak dla mnie) chleb żytnio-pszenny i ten przepis pragnę Państwu przedstawić. - 450 ml ciepłej wody - 500g mąki żytniej - zakwas pozostawiony z poprzedniego wypieku Całość ugniatam, odkładam 250g na nowy zakwas. Do reszty dodaję: - 450 ml ciepłej wody - 500g mąki pszennej - po 3 łyżeczki soli i cukru Zagniatam. Na końcu dodaję szklankę ziaren, najczęściej słonecznik. Czasami dodaję suszone pomidory lub czarnuszkę. Blachę smaruję masłem. Przekładam ciasto, przykrywam szmatką i zostawiam na 7 godzin do wyrośnięcia. Po tym czasie nagrzewam piekarnik do 180 stopni, wstawiam formę na 70 minut. Następnie wyciągam chleb i smaruję pędzelkiem zanurzonym w wodzie. Piekę jeszcze 5 minut. Wyciągam chleb z foremki i zostawiam do ostygnięcia pod szmatką. Nie zawsze się to udaje gdyż zapach pieczonego chleba zwabia do kuchni intruzów , którzy parząc sobie palce kroją po kromce i smarują masłem, które niemal natychmiast się rozpląwa. Ja najbardziej lubię go z masłem i konfiturą dyniowo-pomarańczową mojej Mamy.