

Bułki na zakwasie



Jest to zmodyfikowana wersja przepisu na [chleb polski](#), uwielbiany zresztą w naszej rodzinie przez każdego, kto go próbował. Dzisiaj z tego przepisu upiekłam bułki z dodatkiem otrębów. Przepis ciut zmodyfikowany na potrzebę bułeczek. Z podanych proporcji wychodzi 7 średnich bułek.

Składniki:

- 220g zakwasu żytniego (dokarmionego 12 godzin wcześniej)
- 550g mąki pszennej (u mnie typ 650)
- 50g mąki pszennej razowej (pełnoziarnistej)
- dwie płaskie łyżeczki soli
- pół szklanki otrębów owsianych
- pół łyżeczki cukru
- półtorej szklanki letniej wody
- łyżeczka miodu naturalnego

Wykonanie:

1. Mąki i sól wsypujemy do miski i mieszamy.
2. Dodajemy zakwas, miód oraz otręby i wszystko miksujemy mikserem wyposażonym w haki do

ciasta drożdżowego aż do połączenia składników.

3. Posypujemy blat odrobiną mąki razowej i zagniatamy ciasto rękami. Powinno być elastyczne i ładnie odchodzić od rąk. Wkładamy je do miski, miskę wkładamy do foliowej siatki, szczelnie zawiązujemy i odstawiamy na godzinę w ciepłe miejsce.

4. Po godzinie ciasto wyjmujemy z miski, rozciągamy na blasze, składamy kilka razy i ponownie odstawiamy w szczelnie zawiązanej siatce na kolejną godzinę.

5. Po upływie tego czasu posypujemy blat mąką razową i formujemy z ciasta okrągłe bułki. Układamy je luźno na blasze wyłożonej papierem do pieczenia, posypujemy mąką pszenną razową i odstawiamy na pół godziny do wyrośnięcia.

6. Piekarnik rozgrzewamy do 260 stopni Celsjusza i naporowujemy (zraszamy spryskiwaczem). Bułki wkładamy do piekarnika, zraszamy. Pieczemy przez 5 minut, po czym zmniejszamy temperaturę piekarnika do 220 stopni, ponownie zraszamy i pieczemy jeszcze przez 20 minut.

7. Na 15 minut zostawiamy bułki w piekarniku, po czym wyjmujemy i studzimy na kratce. Najpyszniejsze ciepłe z prawdziwym masłem ;)

