

Chlebek słonecznikowy na drożdżach



Bardzo prosty, a jednocześnie pyszny chleb, który uda się każdemu. Nawet na drugi dzień zachowuje wilgoć i smak, jest uniwersalną bazą do wszelkich kanapek. A na dodatek dość krótko wyrasta, więc można go przyszykować w każde wolne popołudnie. Zamiast ziaren słonecznika możecie wrzucić ziarenka dyni, otręby lub płatki owsiane – co tam lubicie. Natomiast w miejsce mąki orkiszowej możecie użyć na przykład razowej lub innej pszennej.

Składniki:

- 250g mąki orkiszowej (typ 630)
- 250g mąki pszennej (typ 750)
- 1,5 szklanki letniej wody
- 0,5 szklanki letniego mleka
- 20g świeżych drożdży

- 2 płaskie łyżeczki soli
- 1 łyżka miodu (prawdziwego)
- garść łuskanych ziaren słonecznika (lub innych)

Wykonanie:

1. Drożdże kruszymy i wrzucamy do miseczki, dodajemy do nich miód i 2 łyżki wody, rozcieramy razem i odstawiamy całość do wyrośnięcia w ciepłe miejsce na 10 minut.
2. Mąki wsypujemy do miski, dodajemy sól i mieszamy.
3. Do mąk wlewamy zaczyn drożdżowy, wodę i wsypujemy ziarna słonecznika (zostawiamy sobie troszkę do posypania wierzchu chleba), mieszamy. Masa będzie dość rzadka. Przykrywamy ją ściereczką i odstawiamy w ciepłe miejsce do wyrośnięcia na ok. 40 minut.
4. Po tym czasie wyrośnięte ciasto mieszamy ponownie.
5. Formę o wymiarach ok. 30cmx15cm (duża keksówka) wykładamy papierem do pieczenia. Przekładamy do niej ciasto, wygładzamy i posypujemy wierzch resztą pestek słonecznika. Ponownie odstawiamy do wyrośnięcia pod ściereczką na ok. 20 minut.
6. Chleb pieczemy w temperaturze ok. 200-220 stopni Celsjusza przez ok. 35-40 minut. Powinien zrumienić się lekko z wierzchu.
7. Wyjmujemy z piekarnika i studzimy na kratce.



Kulinarnie
