
CHLEB GRAHAMA Z MAKĄ WROCŁAWSKĄ

Dodano: 2010-01-01 17:23:30

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1197 razy.

30 dag mąki pszennej wrocławskiej
2 łyżki nasion kminku
20 dag otrąb pszennych
3 dag drożdży
sól
1 łyżka oleju
2 łyżki otrąb pszennych

Makę przesiać , wymieszać z otrębami. Wąskie, długie blaszki posmarować olejem, posypać otrębami (2 łyżki). Nasiona kminku przebrać , opłukać na sitku. Drożdże rozkruszyć , dodawać po łyżce letniej wody (3 łyżki) rozcierając, dodać 2 łyżki mąki z otrębami, wymieszać , pozostawić w ciepłe do wyrośnięcia. Gdy roztwór podwoi objętość , dodać resztę mąki z otrębami, kminek i ok. 1/2 łyżeczki soli. Zarobić ciasto dodając stopniowo letnią wodę (1 1/2 - 2 szklanek). Wyrobić ciasto ręką. Gotowym ciastem napełnić przygotowane foremki do połowy wysokości, wyrównując powierzchnię. Pozostawić w ciepłe do wyrośnięcia. Gdy ciasto wypełni foremki, wstawić do nagrzanego piekarnika. Upieczone chlebki pozostawić w foremkach do ostygnięcia.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD