
Chleb wysokowartościowy

Dodano: 2007-06-03 11:24:16

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1714 razy.

1/2 łyżeczki kolendry
150g pszenicy
70g kukurydzy
60g migdałów
60g słonecznika
2 łyżki maku
30g otrębów żytnich
3-4 łyżki wody
kubek mąki pszennej
200g kefiru
2 jaja
łyżeczka miodu
łyżeczka soli
2 łyżeczki oleju
40g drożdży

Najpierw zmielić kolendrę, pszenicę i kukurydzę, potem dołożyć i domieścić migdały, słonecznik i mak., dodać resztę, wyrabiać i do foremki.

Pozostawić do wyrośnięcia, gdy się podwoi piec w 200°C ok. 40 min, aż patyczek wbity suchy będzie.

Nadesłał: Grześ <> Źródło to książka pt.: 'Nowoczesne gotowanie' Thermomix