

Chleb pszenny z naczynia żaroodpornego z płatkami owsianymi i ziarnami słonecznika

Przepis

Informacje :

Stopień trudności: łatwy

Czas przygotowania: 20 minut + czas rośnięcia + czas pieczenia ciasta

Liczba porcji: 1

Przygotowanie :

1. Do miski wsypać cukier i drożdże (świeże drożdże pokruszyć), wlać pół szklanki (około 120 ml) letniej wody, wymieszać, aby drożdże i cukier się rozpuściły. Wsypać 1 kopiatą łyżkę mąki (mąkę zabrać od tych wymierzonych 700 g), ponownie wymieszać. Miskę zakryć ścierką, odstawić na około 10-15 minut, by zaczyn zaczął pracować.
2. Do misy robota planetarnego dodać wszystkie pozostałe składniki oraz wyrośnięty zaczyn (oprócz płatków owsianych i ziaren słonecznika), wyrobić ciasto robotem: prędkość 2, czas około 5 minut. Pod koniec wyrabiania wsypać 30 g płatków owsianych (drobno zmielonych płatków), wyrobić ciasto. Ponownie zakryć ścierką i odstawić na 1 godzinę.
3. W międzyczasie piekarnik nagrzać do 200°C, wstawić do niego naczynie żaroodporne z pokrywką, aby się dobrze nagrzało. Po godzinie, bezpośrednio do nagrzanego naczynia przełożyć wyrośnięte z miski ciasto. Wierzch posypać ziarnami słonecznika. Naczynie zakryć pokrywką i wstawić do piekarnika, temperaturę obniżyć do 190°C i piec chleb 20 minut.
4. Po tym czasie z naczynia zdjąć pokrywkę i piec chleb dalej około 30 minut. Chleb najlepiej studzić na kratce.