

# Chleb wielozbożowy na zakwasie



Autor: **DopravioneF**  
Przepisów: 15 Ocena: 224



1-2 os. > 60 min Średnie przystępne



## Składniki:

- aktywny zakwas żytni, 150 g
- mąka pszenna typ 500, 200 g
- mąka pszenna pełnoziarnista, 100 g
- mąka żytnia, 50 g
- mąka owsiana, 50 g
- drożdże, 15 g
- cukier, 1 łyżeczka
- sól, 1 łyżeczka
- zioła, ulubione ziarenka (opcjonalnie), do posypania

## Sposób przygotowania:

- 1 Aktywny zakwas wymieszaj z ciepłą wodą i drożdżami, stopniowo dodaj mąkę, sól i cukier. Zagnieć ciasto (powinno być dość gęste) i odstaw w ciepłe miejsce na około 1 godzinę.
- 2 Po tym czasie przełóż chleb do wysmarowanej formy lub uformuj bochenek bezpośrednio na blaszce, przykryj ściereczką i ponownie odstaw do rośnięcia na 30 min.
- 3 Przed włożeniem do piekarnika, chleb posmaruj roztrzepanym jajkiem i posyp ulubionymi ziołami lub nasionami ( np makiem, słonecznikiem lub siemieniem lnianym). Piecz w rozgrzanym do 180-200 C piekarniku przez ok. 1 godzinę.

## Twoje notatki do przepisu: