

Chleb z pokrzywą



Autor: **hajduczek-naturalnie**
Przepisów: **366** Ocena: **4648**



5-6 os.



> 60 min



łatwe



przystępne

Składniki:

- 450 g mąki orkiszowej białej
- 350 g mąki orkiszowej graham (lub razowej)
- 2 łyżeczki soli
- 7 g drożdży granulowanych (można użyć 15 g świeżych drożdży)
- 1 łyżka syropu z pokrzywy (można zastąpić innym słodem, syropem – klonowym, mniszkowym lub płynnym miodem)
- 2 łyżki oliwy
- 600 ml ciepłej wody
- duża garść listków i wierzchołków pokrzyw

Sposób przygotowania:

- 1 Obie mąki, sól i suche drożdże wymieszaj w misce. Jeśli używasz świeżych drożdży – konieczne będzie przygotowanie rozczywnu. W tym celu drożdże, 1/4 szklanki letniej wody (należy ją odjąć z tych przygotowanych 600 ml), łyżkę syropu i 3 łyżki mąki (również z przygotowanej i odważonej porcji) umieść w garnuszku lub miseczce, wymieszaj, dokładnie rozcierając grudki. Przykryj ściereczką i pozostaw w ciepłym miejscu do wyrośnięcia na 20-30 minut. Gotowy rozczywn dodaj do mąki z solą i dalej postępuj według instrukcji.
- 2 W mące zrób dołek i wlej do niego syrop z pokrzywy (no chyba, że został już użyty do wykonania rozczywnu – to wtedy wlej w dołek cały rozczywn), oliwę i wodę.
- 3 Dobrze wymieszaj ciasto dłońmi lub mikserem przez co najmniej 10 minut. Ja jestem bardzo wygodna i lubię ułatwiać sobie życie, więc oczywiście włączyłam mikser stacjonarny, żeby miesił ciasto za mnie. Ja tymczasem pobiegłam w chaszcze po pokrzywę.
- 4 Zebrane listki opłucz dokładnie, odsącz, sparz wrzątkiem i odcedź na sicie. Odcisnij z nadmiaru wody. Z grubsza pokrój je na desce i dodaj do wciąż wyrabiającego się ciasta. Niech się miesza jeszcze przez chwilę, a Ty tymczasem przygotuj dwie keksówki, spryskując je olejem. Gotowe ciasto jest nadal dość lepkie, ale tak ma być. Nie dosypuj mąki!
- 5 Ciasto w miarę równo rozdziel między dwie foremki. Przykryj je folią i pozostaw w ciepłym miejscu do wyrastania na 2-3 godziny – powinno prawie wypełnić keksówki (cóż, stopień wypełnienia zależy także od wielkości foremek, ale ciasto powinno zwiększyć swoją objętość dwuipółkrotnie, jak na zdjęciach). Trzeba się przy tym wykazać cierpliwością, nie poganiać. Czas wyrastania zależy głównie od siły drożdży i temperatury, a te czynniki bywają zmienne.

- 6 Gdy już ciasto jest wyrośnięte, nagrzej piekarnik do 220 stopni. Do gorącego piecyka wstaw foremki z chlebem. Po 10 minutach zmniejsz temperaturę do 200 stopni i piecz przez kolejnych 40 minut. Po upływie tego czasu chleb z pokrywą powinien już być upieczony, sprawdzisz to, uderzając w niego od spodu (oczywiście po wyjęciu z blaszki). Puk, puk – jeśli wydobywa się głuchy odgłos znaczy to, że chleb jest gotowy. Bochenki pozostaw na kratce do wystudzenia, a potem rozkoszuj się świeżym pieczywem. Orkiszowy chleb z pokrywą smakuje bosko!

Twoje notatki do przepisu: