

# zakwas żytni

Autor: **Anney**Przepisów: **10** Ocena: **39**

&gt; 6 os.



&gt; 60 min



średnie



tanie

## Składniki:

- mąka żytnia razowa typ 2000 250 g
- woda letnia 250 ml

## Sposób przygotowania:

### 1 Dzień 1

Godzina np 8 rano

-Szkłane naczynie Najlepiej litrowy słoik uprzednio umyty i wyparzony.

-100 g mąki żytniej

-100 ml wody letniej, ale nie gorącej temp ok. 37-40 stopni

- mieszadło drewniana łyżka itp, ale nie metal

-lniana ściereczka, ręcznik kuchenny

Mieszamy wszystko razem, aby uzyskać konsystencję gęstej śmietany, przykrywamy ściereczką i wstawiamy w ciepłe miejsce, bez przeciągów na 12 godzin.

Godzina 20;00

Mieszamy dokładnie zakwas drewnianą łyżką itp, przykrywamy i znów odstawiamy na 12 godzin.

### 2 Dzień 2

Godzina 8;00

Dokarmiamy nasz zakwas. Dodajemy 50 g mąki żytniej i 50 ml letniej wody, dokładnie mieszając. Tym razem zostawiamy nasz zakwas na 24 h. Czyli do rana.

### 3 Dzień 3

Godzina 8;00

Powinna zacząć się fermentacja naszego zakwasu, poznać można po specyficznym chlebowo - kwaskowym zapachu.

Karmimy 50 g mąki żytniej i 50 ml wody letniej. Dokładnie mieszamy, ale nie energicznie.

Odstawiamy na 12 godzin

Godzina 20;00

Zakwas mieszamy, przykrywamy ściereczką i stawiamy w ciepłe na 12 godzin.

#### 4 Dzień 4

Godzina 8;00

Zakwas dokarmiamy, bierzemy 50 g mąki żytniej i 50 ml letniej wody, mieszamy dokładnie. Naczynie przykrywamy i odstawiamy w ciepłe miejsce na kolejne 12 godzin.

Godzina 20;00

Nasz zakwas powinien już być gotowy. Mieszamy ostrożnie zakwas, przykrywamy i odstawiamy na kilka godzin.

#### 5 Dzień 5

Godzina 8;00

Możemy zacząć nasz pierwszy wypiek.

#### 6 Jak zrobić nowy zaczyn na następny chleb.

Z aktywnego zakwasu odkładamy 3 łyżki do nowego, szklanego naczynia. Trzymamy go w lodówce.

Jeśli planujemy wypiek to wystarczy wieczorem dokarmić go mąką i letnią wodą (np. 100 g mąki żytniej i 100 ml wody). Dokarmiony zakwas nie trzymamy w lodówce, a w ciepłym miejscu jak przy początkowych krokach. Następnego dnia jest gotowy do użycia.

Zakwas w lodówce może sobie czekać kilka dni. Ja sprawdzam świeżość po kwaskowym zapachu.

#### 7

Twoje notatki do przepisu: