

Domácí chléb bez hnětení



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 13h 15min , Čas vaření: 50min
Celkový čas: 14h 5min , Porce: 10

3350 kalorií , **4 g** cukrů , **12 g** tuků , **86 g** bílkovin

Autor: Evík

Odkaz: <https://srecepty.cz/domaci-chleb-bez-hneteni>

Příprava

Do větší mísy nasypeme všechny 4 hrnky mouky, instantní droždí, lžičku kmínu drceného a 1,5 lžičky soli. Promícháme a přidáme ocet a studenou vodu. Všechno promícháme, až vznikne řidší těsto, posypeme moukou a necháme kynout při pokojové teplotě asi tak 12 hodin. Ideální je zadělat těsto večer a ráno upéct. Po 12 hodinách těsto prohněteme vařečkou a necháme ještě 30 minut odpočinout. Zatím rozpálíme troubu na 230°C a vložíme do ní prázdný pekáč - ideální je z varného skla s poklicí, a necháme rozpálit 30 minut. Do horkého pekáčku vyklopíme těsto a posypeme trochou kmínu nebo nějakými semínky. Pekáč nevymazáváme ani nevysypáváme. Přikryjeme poklicí a pečeme 30 minut. Pak poklici sundáme a dopékáme ho 20 minut.

▫ Tip k receptu

Je třeba pořádně rozpálit ten pekáč, potom se chleba krásně vyklopí a nepřichytí, netřeba vymazávat ani vysypávat.

Ingredience

- 1 hrnek žitné mouky
- 1 hrnek hladké mouky
- 2 hrnky polohrubé mouky
- 1,5 lžičky soli
- 1 lžička kmínu
- 0,5 lžičky instantního droždí
- 1 lžička jablečného octa
- 2 hrnky studené vody

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Obiloviny, těstoviny a rýže, Jídlo na každý den, Klasika, Rodina, Snídaně

