NajPečenie

Zdravý nekvasený chlebík

Chutne a zdravo s fotopostupom.

Potrebujete:

200 g	múka celozrnná
200 g	múka ražná
200 g	ovsené vločky
100 g	pšeničné otruby
1/2 liter	acidko
1,5 dl	čierny čaj
1 lyžička	soľ
1 lyžička	sóda bikarbóna
1 ks	kypriaci prášok do pečiva
2 lyžica	rasca (mletá)
2 lyžička	cukor kryštálový
2 lyžica	sézamové semená
2 lyžica	ľanové semienka

Postup:

V miske si zarobíme rukou všetky suroviny okrem čaju. Postupne čaj dolievame (podľa potreby). Cesto má byť tuhšie, lepivé a aby sa všetky suroviny dobré spracovali spolu.

Na dobre pomúčenej doske cesto vypracujeme a rozdelíme na polovicu. Vyformujeme dva bochníky a položíme na pomastený plech.

Na plechu ich potrieme vodou a narežeme. Rúru si predhrejeme na 200°C pečieme 45 min.

Upečené potrieme ešte raz vodou a necháme na mriežke vychladnúť.

Copyright (c) 2024 PALMA a.s.

NajPečenie

Celkový čas prípravy:	**20 min.**
Čas pečenia:	**45 min.**
Teplota pečenia:	**200 ˚C**
Náročnosť prípravy:	**ľahké**
Počet porcií:	**-**

Tento chlebík nekysne. Je ťažký, hustý a na dlho zasýti. Nič pre tých čo majú radi kysnuté chleby. Je to chlieb pre tých, čo chcú schudnúť.

Copyright (c) 2024 PALMA a.s.