

ZAKWAS I WYPIEKI

Chleb pszenny na zakwasie i drożdżach

Dwa podłużne bochenki według przepisu PJ Hamel. Zakwas nadaje smak, a niewielki dodatek suchych drożdży pomaga ciastu wyrosnąć.

Autor przepisu: PJ Hamel · King Arthur Baking



CZAS

3 godziny i 7 minut; pieczenie: 25-30 minut

PORCJA

2 bochenki długości około 25 cm (10 cali)

Metoda: Wyrastanie ciasta na zakwasie z dodatkiem drożdży instant i pieczenie

Sezon i surowiec: Przez cały rok

Przechowywanie: Luźno owinięty chleb przechowuj przez kilka dni w temperaturze pokojowej. Do dłuższego przechowywania zamroź.

Składniki

- 600 g jasnej, niebielonej mąki pszennej
- 340 g letniej wody
- 227 g dojrzałego, aktywnego zakwasu
- 15 g drobnej soli kuchennej
- 1-2 łyżeczki drożdży instant

Składniki podane w gramach zważ; drożdże odmierz łyżeczką.

Sprzęt

- Waga kuchenna, duża miska, blacha, papier do pieczenia, ostry nóż do nacinania i kratka do studzenia.

Przygotowanie

1. Wyrób ciasto

Połącz wszystkie składniki i wyrób gładkie ciasto.

OPRACOWANIE / DR INŻ. NATALIA HORBACH

Źródła i historia na stronie Fermentarni
fermentarnia.com



strona 1

RECEPTURA ONLINE

Chleb pszenny na zakwasie i drożdżach / ciąg dalszy

2. Pozostaw do wyrośnięcia

Przełóż do lekko natłuszczonej miski, przykryj i pozostaw do podwojenia objętości, na około 1½ godziny.

3. Uformuj bochenki

Na lekko oprószonym mąką blacie podziel ciasto na pół. Zawień brzegi każdej części do środka, odwróć łączeniem w dół i uformuj kule. Przykryj na 15 minut. Następnie roluj na nieoprószonym blacie, formując grube owale; dłuższe bochenki powinny mieć około 25-28 cm (10-11 cali).

4. Drugie wyrastanie

Ułóż na natłuszczonej blasze lub papierze do pieczenia. Przykryj i pozostaw na około 1 godzinę, aż mocno napęcznieją. Pod koniec wyrastania rozgrzej piekarnik do około 220°C (425°F).

5. Natnij i upiecz

Spryskaj letnią wodą, oprósz mąką i zrób na każdym bochenku dwa dość głębokie ukośne nacięcia. Piecz przez 25-30 minut, aż skórka będzie mocno złocista. Wystudź na kratce.

Wskazówki

Przy zdrowym, aktywnym zakwasie użyj 1 łyżeczki drożdży; wyrastanie może potrwać dłużej. Przy mniej aktywnym zakwasie lub dla krótszego wyrastania użyj 2 łyżeczek.

Jak podawać

Przed krojeniem wystudź bochenki na kratce.

Pod lupą

Co unosi ten bochenek

Drożdże wytwarzają podczas fermentacji dwutlenek węgla, a gaz zatrzymany w cieście zwiększa jego objętość. Ten przepis zawiera zarówno aktywny zakwas, jak i drożdże instant. Dodane drożdże wspierają wyrastanie, a zakwas wnosi własne mikroorganizmy, kwasowość i aromat.

