

Beskrvasni hleb (3)



težina: **lako**

za: **8** osoba

vreme pripreme: **30** min

Sastojci

Potrebno je:

- 250 g heljdinog brašna
- 150 g speltinog brašna
- 150 g jecmenog brašna
- 1 kesica praška za pecivo
- 1/2 kašice sode bikarbone
- 1 kašika susama
- 1 kašika semenki od bundeve
- 1 kašika semenki suncokreta
- 2 kašike jecmenih pahuljica
- 1,5 kašice himalajske soli
- 3 kašike maslinovog ulja
- 400 ml gazirane vode

Priprema

U dublju vnglicu staviti heljdino, speltino i jecmeno brašno. Dodati prašak za pecivo, sodu bikarbonu, himalajsku so i dobro promešati.

Zatim dodati semenke bundeve, suncokreta, susam, jecmene pahuljice i maslinovo ulje. Zamesiti sa gaziranom vodom. Ako treba dodati još malo vode, zavisi koliko ce brašno upiti tecnosti. Testo treba da bude cvrsto i dosta lepljivo.

Kalup, vel. 30x12x8cm, obložiti pek papirom. Papir premazati uljem. U kalup staviti testo i rukom ga, ravnomerno, rasporediti. Testo prekriti kuhinjskom krpom i ostaviti da se odmori, dok se rerna ne zagreje na

180 stepeni.

U zagrejanu rernu staviti hleb da se pece (prethodno ga premazati vrelom vodom). Dužina pečenja hleba zavisi od šporeta (ja sam hleb pekla 40 minuta).

Peceni hleb (probati cackalicom da li je pecen) izvaditi iz rerne, pemazati ga vrelom vodom, prekriti kuhinjskom krpom i ostaviti pet minuta. Zatim ga izvaditi iz kalupa, skloniti pek papir, umotati u kuhinjsku krpu i ostaviti da se ohladi.

Ohlaen hleb iseci i poslužiti.

Savet