

Hleb sa ovsenim pahuljicama



težina: **lako**

za: **8 osoba**

vreme pripreme: **90 min**

Sastojci

Potrebno je:

- **280 g** crnog brašna
- **280 g** gražanog brašna
- **40 g** ovsenih pahuljica
- **2 kašikelanenog proteinskog brašna**
- **2 kašike** pšeničnih mekinja za ljudsku ishranu
- **2 kašice** soli
- **1 kašika** smeeg šecera
- **1 kesica** suvog kvasca (10 g)
- **380 ml** toplo vode

Miks semenki za valjene hleba:

- ovsene pahuljice
- seme lana
- oljušteni suncokret
- susam
- golice bundeve

Priprema

U dublju vanglicu staviti crno i ražano brašno, ovsene pahuljice, laneno proteinsko brašno (u nedostatku istog, upotrebiti mleveni lan), pšenične mekinje, so, šefer i suvi kvasac. Promešati.

Sipati, postepeno, toplu vodu i zamesiti testo. Ako treba dodati još malo brašna, da bi se dobilo elasticno testo. Da vas ne buni testo je lepljivo, pa ne preterivati sa dodavanjem brašna. Ja sam brašna dodala samo za domešivanje testa.

Umešeno testo ostaviti u, pobrašnjenu, vanglicu, prekriti providnom folijom i ostaviti da naraste.

Uzeti kalup za hleb, vel. 30x11x8cm. Ceo kalup obložiti pek papirom. Naraslo testo izruciti na, blago, pobrašnjenu podlogu. Rukom ga razvuci u pravougaonik, pa ga umotati u rolnu, prema velicini kalupa, u kome ce se peci.

Na radnu površinu sipati miks semenki, pa formirano testo uvaljati u semenke, sa svih strana. Zatim testo staviti u kalup, prekriti providnom folijom i ostaviti da naraste.

Rernu ukljuciti da se zgreje na 180 stepeni. Naraslo testo, u kalupu, premazati vrelom vodom i staviti da se pece. Ispeceni hleb izvaditi iz rerne (probati cackalicom da li je pecen), prekriti kuhinjskom krpom i ostaviti pet minuta, da hleb odstoji u kalupu. Zatim izvaditi hleb iz kalupa, skloniti pek papir, umotati ga u kuhinjsku krpnu i ostaviti da se prohladi.

Prohlaeni hleb isecite i uživajte u ukusu...

Savet