

Domaci integralni hleb



težina: **lako**

za: 5 osoba

vreme pripreme: **180** min

Sastojci

Potrebno je:

- **150** gspeltinog integralnog brašna
- **100** gheljdinog griza
- **250** gmekog pšeniceog brašna
- **1 kašicicamlevenog** lana
- **1 kesicainstant** suvog kvasca
- **1 kesicapraška** za pecivo
- **malošecera**
- **2 prstohvatasoli**
- **1 kašikamasti**
- **oko 350 ml**vode

Priprema

Sve vrste brašna sa praškom za pecivo staviti u sud u kojem ce te mesiti testo, U sredini napraviti udubljenje u koje stavite suvi kvasac, šecer i malo tople vode da kvasac nadoe. Dodati so, mast i mesiti rukama uz dolivanje tople vode. Kada se testo sjedini prebaciti na ravnu površinu i mesiti rukama dok se ne dobije glatka, jednolicna smesa. Pokriti i staviti na toplo mesto da se testo diže (oko pola sata). Testo premesiti i formirati dugoljast oblik. Usku tepsiju dimenzija 22 x 7cm premayati masnocom i posuti brašnom. U pripremljenu tepsiju staviti hleb, pokriti ga kuhinjskim ubrusom i staviti na toplo mesto da se diže cca 30 min. Nadiglo testo u tepsiji premazati mešavinom ulja i vode. Tepsiju staviti u zagrejanu rernu na 180 stepeni. U toku pečenja povremeno premazivati sa mešavinom ulja i vode i posuti semenom lana. Hleb peci ukupno 40 minuta.

Savet

Zadnje vreme imam problema sa nabavkom odgovarajueg hleba u mom malom mestu te sam za ruak sa prijateljicom odluila da napravim domai hleb sa sastojcima koje sam imala na raspolaganju kod kue... i kada je hleb bio gotov jako mi se dopadao njegov okus.