

Przepisy na chleb ze Studzionki

/na jedną formę babki/

200g - zakwas

200g - mąka pszenna razowa lub orkiszowa

400g - mąka pszenna zwykła

350 ml. - woda

10g - drożdże

2 łyżeczki soli

po 2 łyżki: słonecznik, otręby, siemię lniane, pestki dyni /według uznania/

Wsypać mąkę, nalać wody, pokruszyć drożdże - dodać szczyptę soli i pół łyżeczki cukru. Jak drożdże zaczną "pracować", dodać resztę składników.

Wyrabiać ciasto - powinno być gęste, plastyczne, nieklejące.

Przykryć i odstawić do ciepłego miejsca, może być lekko rozgrzany piekarnik /wtedy nie przykrywam/. Jak ciasto powiększy objętość min. 50%, wkładam do forem i znów zostawiam do wyrośnięcia. Jak zacnie wyrastać ponad formę, rozgrzewam piekarnik do 250°C, przełączam grzanie na "górna i dolna grzałka" /bez termoobiegu/, wkładam formy z ciastem, wrzucam 2 kostki lodu, ustawiam temp. na 200°C.

Piec przez 60 min.

Wyjąć z piekarnika, wyjąć z formy, zostawić do ostudzenia.

Można zamrozić w częściach, po rozmrożeniu też jest b. dobry.

Smacznego!!!