

żytni chleb na zakwasie

Ten chleb jest jednym z najlepszych moich „zdrowych wypieków”. Swoją ciemną barwę i kwaśny smak zawdzięcza [zakwasowi](#) wyhodowanym na mące żytniej typ 2000, która jednocześnie odgrywa najważniejszą rolę wśród składników. Jest wilgotny w środku, natomiast skórka jest idealnie chrupka. Swoją świeżość zachowuje niezwykle długo, choć nigdy nie było mu dane tego doczekać :). I co najważniejsze jest niezwykle prosty w wykonaniu.

Składniki:

zaczyn:

- 175 gram [zakwasu żytniego](#),
- 130 gram mąki żytniej typ 2000,
- 90 gram mąki żytniej typ 720,
- 300 ml ciepłej wody o temperaturze nie przekraczającej 40 stopni Celsjusza,
- 2 łyżeczki soli.

ciasto na chleb:

- 50 gram mąki żytniej typ 2000,
- 100 gram mąki żytniej typ 720.

Wykonanie:

1. W dużej szklanej misce przygotowujemy zaczyn na chleb dodając wszystkie jego składniki, następnie mieszamy drewnianą łyżką. Miskę przykrywamy z góry folią spożywczą i odstawiamy w ciepłe miejsce na 4 godziny.



2. Do zaczynu dodajemy pozostałe mąki i mieszamy dokładnie. Przekładamy ciasto do formy „keksówki” (mniej więcej ciasto powinno sięgać co najmniej do połowy wysokości. Jeśli jest to blaszana forma musimy ją wysmarować tłuszczem (oliwą), a następnie oprószyć mąką żytnią, w przypadku formy silikonowej, pomijamy tą czynność. Formę przykrytą z góry ściereczką wkładamy do piekarnika na całą noc zostawiając zapalone światło.



3. Rano, gdy ciasto wyrośnie rozpoczynamy pieczenie. Nie wyjmując formy z piekarnika rozgrzewamy go do 220 stopni Celsjusza i gdy piekarnik osiągnie tą temperaturę pieczemy chleb przez kolejne 40 minut. Chleb jest wypieczony, gdy wykałaczka włożona w środek ciasta chlebowego pozostanie sucha.

4. Upieczony chleb pozostawiamy w formie do wystygnięcia.

* proces przygotowawczy (dzień przed wypiekem) najlepiej rozpocząć w godzinach popołudniowych (15-16 -ta).