Celokvásková bochník

Na rozkvašení:
50 g chlebového kvásku
135 g vlažné vody
120 g celozrnné žitné mouky

Dále:
275 g další vlažné vody
500 g pšeničné chlebové mouky
2 a půl lžičky soli
3 lžičky drceného kmínu

Mouka na podsyp a do ošatky, voda na rosení

Půl dne předem si necháme prokvasit kvas.
Pak přidáme další vodu (nebo 1:1 vodu s kefírem) a pšeničnou chlebovou mouku. Promícháme jen tak, aby se tekutina s moukou spojily, necháme aspoň půl hodinky odpočinout. Přidáme sůl i kmín a řádně proděláme těsto. (Asi 10 minut v pekárně, robotem nebo hnětačem.) Těsto přendáme do dostatečně velké plastové nádoby, kterou jsme předtím vymazali běžným olejem. Opravdu se těstu v plastu líbí více!!! Vždy po půlhodině odpočinku těsto popřekládáme v obou směrech na třetiny, celkem 3x. Po další půlhodině ještě pořádně proděláme a vytvarujeme/stočíme na chlebovou moukou pomoučeném válu bochník, který dáme vykynout do moukou a škrobem vysypané ošatky. Kynutí trvá při pokojové teplotě asi dvě a půl hodiny a fázi kynutí kontrolujeme "prstovým testem" (těsto se pomalu vrací zpět). Nebo kouskem těsta kynutého v průsvitné plastové nádobce za stejných podmínek jako chléb. Pokaždé, když s těstem nepracujeme, zakrýváme ho mikrotenem, aby neosychalo. Pokud nemůžeme vyčkat na vykynutí, dáme ošatku s těstem v mikrotenu do spodní části chladničky až na 24 h, ale občas zkontrolujeme, zda nepřetéká. Vykynutý bochník opatrně vyklopíme na pečící papír, oprášíme přebytečnou mouku, nakrojíme a povrch orosíme vodou. Vkládáme i s papírem na řádně vyhřátý podklad v troubě (ideálně pečící kámen vyhřátý předem aspoň půlhodinku). Pečeme 10 minut na horní i spodní ohřev v poloze 2 při 230°C, vyvětráme, znovu chléb orosíme, ubereme teplotu na 180°C a na jen spodní ohřev pečeme dalších 15 minut. Pak bochníček otočíme, znovu orosíme a dopékáme asi 15 minut. Správně upečený při poklepu zespodu dutě zní. Po vyjmutí z trouby můžeme opět orosit a necháme před prvním zakrojením úplně vychladnout. (Alespoň dvě hodiny, ale kdo to má vydržet... :-D) Pokud pečeme více bochníků za sebou, necháme aspoň půlhodinu nahřát kámen na potřebnou teplotu před vložením dalšího!

(Část chlebové mouky lze nahradit jinými, např. 50 g špaldové, 25 g celozrnné pšeničné, 75 g hladké a 50 g polohrubé.
Jiná varianta: 25 g celozrnné pšeničné, 25 g žitné chlebové, 300 g pšeničné chlebové a 150 g polohrubé mouky, voda s podílem 50 g kefíru a lednicové kynutí cca 12 hodin.)

Inspirace "Kubíkův chléb, co se vždycky povede" z receptů skupiny na FB PečemPecen.cz