

Rychlý bochník

(množství pro 2 cca kilogramové bochničky)

Na rozkvas:

60 g chlebového kvásku

280 g vlažné vody

120 g celozrnné žitné mouky

120 g jemně mleté celozrnné žitné BIO mouky (kupuji v DM drogerii)

Dále:

275 g kefíru

275 g vlažné vody

500 g pšeničné chlebové mouky

500 g špaldové chlebové mouky (z Lidlu)

(až 200 g chlebových mouk lze nahradit celozrnnou pšeničnou nebo špaldovou či oběma)

5 lžičky soli

4 lžičky drceného kmínu

1/3 kostky droždí (tj. 14 g)

Mouka na podsyp, olej na překládání, škrob k vysypání ošatky, voda na rosení

Suroviny na rozkvas necháme prokvasit 4 - 6 hodin na dvojnásobek. (Pokud je v místnosti chladno, dám do trouby a přihřeju na cca 30 °C.)

Po kvalitním prokvašení přendáme do nádoby robota, přilijeme vodu, kefír, přisypeme obě chlebové mouky a rozdrobené droždí. Promícháme krátce, aby se vše spojilo a necháme půl hodinky odpočinout. Přidáme sůl i kmín a řádně prohněteme těsto cca 10 minut na střední rychlost. Těsto přendáme do plastové nádoby vymazané olejem, po půlhodině odpočinku popřekládáme v obou směrech na třetiny. Po vykynutí vytvarujeme/stočíme na chlebovou moukou pomoučeném válu bochník, který dáme kynout do škrobem vysypané ošatky a překryjeme mikrotenem. Občas kynutí zkontrolujeme a když objem naroste asi o polovinu, dáme předeheat troubu. Vykynutý bochník opatrně vyklopíme na pečicí papír, oprášíme přebytečný škrob, nakrojíme a povrch orosíme vodou. Vkládáme i s papírem na řádně vyhřátý podklad v troubě (aspoň půlhodinku). Pečeme 10 minut na horní i spodní ohřev v poloze 2 při 250°C. Po uplynutí tohoto času vyvětráme, chléb i prostor nad ním orosíme z rozstřikovače, ubereme teplotu na 170°C a pouze spodním ohřevem pečeme dalších 8 minut. Poté bochníček otočíme, znovu orosíme a dopékáme cca 7-8 minut. Správně upečený při poklepu zespondu dutě zní. Po vyjmutí z trouby můžeme opět orosit a necháme před prvním zakrojením úplně vychladnout. Pokud pečeme více bochníků za sebou, před pečením druhého chlebíku zvýšíme opět teplotu a vyhřejeme aspoň 15 minut. Postup s pečením zopakujeme. Celá akce od rozkvasu po upečení trvá cca 10 hodin. Hurá, dá se to díky trošce droždí zvládnout během 1 dne!