

Domácí pohankový chléb – krok po kroku

Jak na to?

Recept je na jednu dávku pohankového chleba - 1 835 gramů.

1. Uvařte pohanku.
2. Ve vlažné vodě rozmíchejte droždí a žitnou mouku. Nechte chvíli kvásek odpočinout, aby nabyl.
3. Odvažte si 500 g uvařené vychladlé pohanky a rozmixujte ji spolu se lněným semínkem, kmínem a koriandrem. Vmíchejte do těsta spolu se solí, vodou a hladkou moukou.
4. Vypracujte vláčné těsto, které se mírně lepí na prsty. Mísu s těstem přikryjte utěrkou a nechte v teple kynout.
5. Cca po půl hodině těsto promíchejte vařečkou, teď už by se mělo pěkně odlepovat od stěny mísy. Opět necháme vykynout.
6. Připravte si ošatky, vysypejte je moukou. Potřetí těsto prohnětete a rozdělíte na dvě části. Na vále pořádně posypaném hladkou moukou uhnětete bocháňky, které vložíte do ošatek a zase necháte vykynout.
7. Zapněte troubu na 250 °C a dovnitř vložte plech, na kterém budete péct chléb.
8. Do předehřáté trouby vložte na dno kastrůlek s vodou (pokud nemáte program na pečení s párou).
9. Vyjmeme z trouby horký plech a vyklopte na něj oba bochníky z ošatek, rychle vložte do trouby a pečte asi 10 minut. Pak teplotu snižte na 180 °C. Pečte asi 40 minut, pak plech s upečenými chleby vyndejte z trouby a chleby přeneste na mřížku, aby při chladnutí proudil vzduch i zespoda.