

Chleba bez hnětení a bez pekárny



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 12h 25min , Čas vaření: 45min
Celkový čas: 13h 10min , Porce: 10

2592 kalorií , **14 g** cukrů , **14 g** tuků , **80 g** bílkovin

Autor: Ajaja

Odkaz: <https://srecepty.cz/chleba-bez-hneteni-a-bez-pekarny>

Příprava

Smícháme ve velké míse mouku, sušené droždí, sůl a kmín. Do takto zamíchané směsi přilijeme vlažnou vodu a mícháme, až se vše spojí. Množství vody je třeba upravit podle toho, jak se daří suché směsi s ní spojit, takže jí může být méně, ale i o něco více. Těsto necháme v míse, můžeme (ale nemusíme) zasypat hladkou moukou, přikryjeme utěrkou a necháme 8-12 hodin kynout. A v tom je ten fígl, proč chleba bez hnětení - dlouhé kynutí nahradí hnětení. Proto také těsto připravujeme buď večer a pečeme druhý den ráno, nebo si ho připravíme ráno před odchodem do práce a pečeme večer (příprava těsta zabere cca 5 minut práce. Po vykynutí vyndáme těsto na pomoučněný váh a vytáhneme ho na placku silnou cca 3-4 cm. Přikryjeme a necháme 15 minut odpočívat. Pak těsto překládáme, a to tak, že na třetiny - jak shora a zdola, tak z obou stran. Můžeme dále "vymodelovat" do žádaného tvaru (kulatý, veka) a opět necháme cca 20 minut odpočívat. To už ale zapneme troubu na 230°C a dáme do ní nádobu i s víkem, ve které budeme chleba péci. Když máme vše takto připraveno, tak přendáme těsto do této vyhřáté nádoby, potřeme slanou vodou, přiklopíme a cca 30 minut pečeme. Poté

Ingredience

- 3 hrnečky hladké mouky
- 1,5 lžičky sušeného droždí
- 2 lžičky soli
- 1 lžička kmínu (drceného nebo celého)
- 1,5 hrnečku vody

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Obiloviny, těstoviny a rýže, Klasika, Rodina, Příloha, Snídaně, Svačinka, Pečivo a produkty domácí pekárny

sundáme víko a chléb dopečeme cca 15 minut odkrytý. Dostaneme kvalitní, klasický kmínový chléb, který, pokud ho nesníme, je dobrý i 4. den, tedy i tehdy, kdy již kupované chleby musíme vyhodit.

▣ **Tip k receptu**

Pokud jsme přidali vody více a těsto je řidší, nic se neděje. Po vykynutí vynecháte vyválení těsta na placku, která se pak skládá, ale těsto rovnou přelijete do vyhřátého pekáčku a pečete. Uvidíte, že chleba se i tak povede. Do chleba lze přidat různá semínka (já přidávám lněné a slunečnici), cibulku, škvarečky..., lze jej posypat... lze použít jinou mouku (pozor u špaldové či s vlákninou, že to bude chtít asi více vody).

