

Nivovo - česnekový chléb



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 45min , Čas vaření: 45min
Celkový čas: 1h 30min , Porce: 8

2507 kalorií , **8 g** cukrů , **48 g** tuků , **91 g** bílkovin

Autor: Jozef

Odkaz: <https://srecepty.cz/nivovo-cesnekovy-chleb>

Příprava

Z vody, cukru, droždí a trošky múky pripravíme kvások a po vykysnutí ho vlejeme do zmiešanej múky. Pridáme olej, prelisovaný cesnak, postrúhanú Nivu, vymiesime cesto a necháme vykysnúť. Z cesta vytvarujeme bochník, dáme na plech vystlaný papierom na pečenie a ešte necháme podkysnúť. Nakoniec potrieme bochník osolenou vodou a dáme do vyhriatej rúry piecť.



Tip k receptu

Tento chlieb je výborný keď ho upečieme v domácej pekárničke. Do cesta môžeme pridať rôzne semenka.



Ingredience

- ✓ 400 g hladké mouky
- ✓ 140 g celozrné pšeničné mouky
- ✓ 120 g strouhané Nivy
- ✓ 6 stroužků česneku
- ✓ 1 lžička soli
- ✓ 1 lžička cukru
- ✓ 1 a 1/2 lžíce olivového oleje
- ✓ 40 g droždí
- ✓ cca 350 ml vlažné vody

Kategorie

Slovenská, Finančně nenáročné, Obiloviny, těstoviny a rýže, Rodina, Pečivo a produkty domácí pekárny