

Bezlepkový chléb se semínky

Počet porcií: 6

Čas přípravy: 30 minut

Bez lepku

Postup přípravy

Nejprve smícháme v misce suché přísady (250 g pohankové mouky, 150 g ryžové mouky, 100 g kukuřiční mouky, 1 balení instantního droždí, 2 ČL lněných semínek, ½ šálku dýňových semínek, 1-2 ČL soli, 1 ČL krystalového cukru). Pak přidáme vodu a mixérem vypracujeme těsto. Necháme ho asi půl hodinu při pokojové teplotě nakynout (ideálně až do zdvojnásobení objemu). Nakynuté těsto nalijeme do vymazané formy na chléb. Pečeme na 220 stupních asi 50 minut. Pak chleba vyklopíme z formy a ještě ho na plechu dopékáme asi 10 minut. Dříve než ho začneme krájet, necháme ho řádně vychladnout.

Ingrediencie

- **Ryžová múka 200 g** - 150 g
- **Pitná voda nesýtená** - 600 g
- **Cukor kryštál** - 6 g
- **Kukuričná múka 1 kg** - 100 g
- **Droždie 7 g** - 10 g
- **Pohánková múka hladká 500 g** - 250 g
- **Jedlá soľ** - 12 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

