

405.mnohozrný chléb ala Unold od ben3

Kategorie: Chléb

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor:



Suroviny

400 ml vody

175 g celozrnné pšeničné mouky

175 g celozrnné žitné mouky

50 g žitného šrotu - dala jsem otruby

50 g špaldové mouky - dala jsem 100g

50 g pohankové mouky - nedala jsem

35 g slunečnicová semínka

35 g dýňová semínka

1 lžička lněných semínek

1 lžička sezamových semínek

1 lžička soli

1 lžička medu

0,5 balíčku sušeného kvásku

2 lžičky sušeného droždí

Postup

Program Celozrný