

## VENKOVSKÝ ŽITNÝ CHLĚB



NA  
1  
CHLĚB

### Suroviny:

- 270 g Mevalia Bread Mix
- 40 g žitné mouky
- 6,6 g soli
- 170 ml vody
- 12 g čerstvého droždí  
nebo 6 g sušeného droždí  
Dr. Schär

### Postup:

1. Vsypeme mouku **Mevalia Bread Mix**, žitnou mouku a sůl do velké mísy a promícháme je. V samostatné míse smícháme droždí a vodu, dokud se nerozpustí, a nalijeme je do mísy se směsí **Mevalia Bread Mix**, žitnou moukou a solí.
2. Hnětíme, dokud nám nevznikne hladké těsto bez hrudek.
3. Z těsta vypracujeme kouli, kterou necháme odpočívat na dřevěném povrchu (prkénko, stůl...) při pokojové teplotě, přikryté vlhkou utěrkou po dobu cca 15 minut.
4. Poté z těsta prsty vytlačíme vzduch, znovu vytvarujeme kouli a necháme kynout dalších 15 minut.
5. Ještě jednou vytlačíme z těsta vzduch, vytvarujeme kouli a necháme kynout dalších 90 minut.
6. Po 90 minutách vytvarujeme těsto v bochník a dáváme pozor, aby se do těsta nedostalo příliš mnoho vzduchu.
7. Pokud se těsto začne lepit, stačí ho poprášit trochou mouky **Mevalia Bread Mix** nebo žitnou moukou.
8. Když je těsto vytvarované, přikryjeme ho vlhkou utěrkou a necháme 60 minut odpočívat.
9. Předehřejeme troubu na 250 °C a pečeme 10 minut, poté teplotu snížíme na 200 °C a pečeme dalších 20 až 25 minut.
8. Necháme vychladnout a můžeme podávat 😊.

*PKU Maestro přeje dobrou chuť!*

Celý bochník

Energie - 1 088 kcal

7,6 g bílkovin

278 mg Phe