

Хлеб с семенами на закваске. Рецептúra Дж. Хамельмана

Мука в закваске: 15%

Ингредиенты	Рецептура	
	1 заготовка, г	%
ОБЩАЯ РЕЦЕПТУРА		
Пшеничная хлебопекарная мука	417	92
Цельнозерновая ржаная мука	37	8
Семена подсолнечника поджаренные	54	12
Семена кунжута поджаренные	28	6
Семена льна	32	7
Вода	341	75
Соль	11	2,3
Общий выход теста	920	195,3
ЖИДКАЯ ЗАКВАСКА		
Пшеничная хлебопекарная мука	68	100
Вода	85	125
Материнская закваска (жидкая)	14	20
Всего	167	
ЗАМОЧЕННЫЕ СЕМЕНА		
Семя льна	32	100
Вода	96	300
Всего	128	
ТЕСТО		
Пшеничная хлебопекарная мука	349	
Цельнозерновая ржаная мука	37	
Семена подсолнечника поджаренные	54	
Семена кунжута поджаренные	28	
Вода	160	
Соль	11	
Замоченные семена	128	
Закваска жидкая	153**	
Всего	920	

* при недостаточном объеме хлеба или длительной его расстойке можно добавить прессованные дрожжи в количестве 1% от общей массы муки.

** за вычетом отбора 14 г. закваски для ее дальнейшего разведения.

Хлеб с семенами на закваске. Рецептúra Дж. Хамельмана

1. Подготовка жидкой закваски

Примерно за 12-16 часов до замеса теста делаем последнее разведение закваски. Созревание закваски при 21 °C

2. Замачивание семян

Выполняем холодное замачивание семян льна. Семена замачиваем одновременно с последним разведением закваски. Накрывать и оставить при комнатной температуре.

3. Семена

Семена подсолнечника и кунжута поджарить в течение 3-5 минут при 190 °C. Степень поджарки влияет на конечный вкус. Для оптимального вкуса не стоит сильно поджаривать семена.

4. Замес теста

Сразу смешиваем все ингредиенты и замешиваем тесто. Тесто должно получиться средней консистенции. Желательная температура теста 24 °C

5. Брожение

Продолжительность - 2,5 часа

6. Обминка

Обомните тесто один раз через 75 минут брожения

7. Деление и формование

Смотри видео-рецепт

8. Окончательная расстойка

В течение 8 ч при 10 °C или 18 ч при 4 °C

9. Выпечка

Предварительно подайте интенсивный пар в печь, загрузите тестовые заготовки, и снова подайте пар. Выпекать при 235 °C. Если корочка подрумянивается слишком быстро, снизьте температуру на 10 - 20 градусов. Как только корочка приобретет цвет, между корпусом и дверью духовки вставьте ложку. Выпекать примерно 40-45 минут.