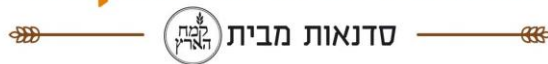


מתחם טחנת הקמח



לחם מחמצת קמחים עתיקים

חומרים:

למחמצת:

100ג' קמח חיטה מלא "קמח הארץ"

100מ"ל מים

50ג' מחמצת אם

לבצק:

500ג' קמח חיטה מלא "קמח הארץ"

150ג' קמח איינקורן "קמח הארץ"

100ג' קמח קוראסאן "קמח הארץ"

525ג' מים

250ג' מחמצת (הנ"ל)

18ג' מלח

100ג' גרעיני דלעת

אופן ההכנה:

אופן הכנת המחמצת:

מערבבים היטב את חומרי המחמצת ומניחים לתסיסה בטמפרטורת החדר 8-12 שעות, עד לקבלת מחמצת פעילה ומבעבעת.

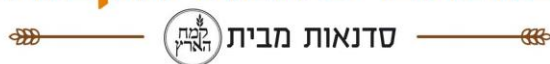
אופן הכנת הבצק:

מנחים בקערת המיקסר מים, קמחים ומחמצת ולשים במהירות נמוכה עד איחוד החומרים. מוסיפים מלח ולשים במהירות גבוהה כ- 8 דקות נוספות, עד פיתוח רשת גלוטן.

מניחים בקערה משומנת מעט ומתפיחים כשעתיים-שלוש, עם קיפול הבצק כל חצי שעה. לאחר מכן חוצים את הבצק לשניים ומעצבים כל חתיכה עיצוב ראשוני לכדור. מעמידים למנוחה של כחצי שעה.

מעצבים את הבצק עיצוב סופי, בצורה הרצויה (כיכר עגולה, מאורכת..).

מתחם טחנת הקמח



מניחים בקערת התפחה ומתפיחים התפחה סופית של 2-4 שעות, לפי התפתחות הבצק או לחילופין ללילה במקרר, עטוף מגבת לחה ושקית ניילון.

מחממים תנור ל- 250 מעלות.

אופים עם אדים (קערת מים בתחתית התנור), כ- 35 דקות וללא אדים כ- 10 דקות נוספות, עד קבלת צבע שחום ועמוק.

מצננים היטב לפני פריסה.

בתיאבון!