

---

# Kvásek a chleba

Zavařovací sklenice s víčkem

Mouka - žitná a špaldová

Voda, sůl, kmín

---



Do zavařovací nádoby dám 3 PL mouky, přidám tolik vody, abych mícháním získala těstíčko konzistence na palačinky. Přikryju víčkem tak, aby tam mohl jít vzduch. Nechám stát na kuchyňské lince asi 12 hodin. Pak zase přidám 2-3 PL mouky a vody a zamíchám. Nechám kvasit. Dělam to tak ještě asi 2 dny, pak už by kvásek měl být hotový. Je v něm spousta bublinek a má nakyslou příjemnou vůni.

Když kvásek nepoužívám, zatáhnu víčko a dám ho do lednice, kde vydrží cca 5 dnů. Pak je potřeba část kvásku odebrat (něco upéct) a znovu ho přikrmit.



Kvásek smíchám v míse s 300 g žitné mouky a 300 g vody. Přikryju talířem a nechám kvasit cca 12 hodin. Přidám 300 g pšeničné nebo chlebové mouky, 25 g soli, 10g kmínu, 350 g vody a hnětu těsto. Pak přendám na pomoučený vál a propracuju dobře a s láskou rukama. Pokud se bude lepit, přisypejte si mouky. Těsto vytvaruju do bochánku a

nechte kynout cca 2 hodiny.

Předejte si troubu na 230 st. Na dno trouby dejte nádobu s vodou. Pečte 30 min. Nechte pořádně vychladnout, aby se střídka nestrazila.

