

Рецепты

Хлеб

Приготовление по базовому рецепту

Соединить все ингредиенты вместе, накрыть тесто и дать ему взойти в два раза. После этого тесто еще раз тщательно вымесить, а затем снова дать взойти в течение приблизительно 20 минут. Сверху смочить водой, после чего хлеб необходимо выпекать в течение 40–50 минут. Для проверки готовности постучать снизу по хлебу, он должен звучать как полый, тогда хлеб готов!

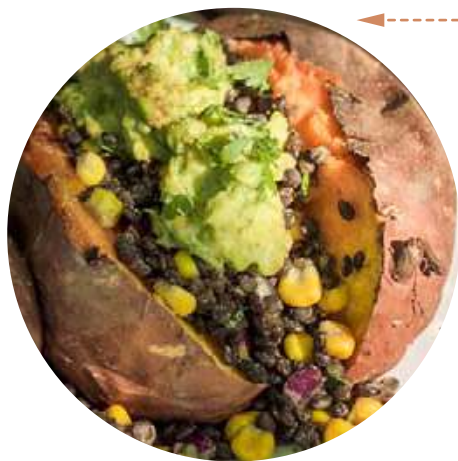
250-270 °C | Время выпечки 40 – 50 минут

Ингредиенты

1000 г муки, например, тип 550
1 ч. л. соли
1/2 кубика дрожжей
примерно 700 мл теплой воды

Вариации хлебного теста.

Используя различные виды муки, Вы можете получать разнообразные результаты. В дополнение к пшеничной муке хорошо подходит для хлебного теста ржаная и полбовая мука. Для зернового хлеба нужно добавить дополнительно измельченные зерна.



Фаршированный сладкий картофель с черной чечевицей

Подготовка

Вымойте сладкий картофель и запекайте при температуре 180 градусов в течение часа, пока он не станет мягким и легко распадется. Приготовьте чечевицу в соответствии с инструкциями на упаковке и слегка посолите в конце приготовления. Добавьте нарезанный лук, кукурузу и зелень и смешайте с чечевицей. Для заправки смешайте до состояния пюре авокадо с кинзой, солью, небольшим количеством воды и соком лайма. Заполните разломленный сладкий картофель салатом из чечевицы, добавьте заправку из авокадо и украсьте ломтиками авокадо.

180 °C | Время выпечки 60 минут

Ингредиенты начинки

100 г черной чечевицы
1/2 ч. л. соли
1/2 красного лука
1/2 пучка свежих трав
100 г кукурузы

Ингредиенты заправки

1 авокадо
1/2 пучка кинзы
1 лайм
1/4 ч. л. соли
2 ст. л. воды

