

# CHLEB AZTEKÓW

mieszanka na chleb z żurawiną amerykańską z dodatkiem mąki z amarantusa. Polecana dla osób z chorobami serca, obniża poziom cholesterolu, rozszerza naczynia krwionośne. Dzięki dużej zawartości żurawiny zapobiega rozwojowi grzybic i pleśni, leczy choroby jamy ustnej, oczyszcza drogi moczowe, pobudza pracę trzustki oraz ułatwia trawienie.

## Receptura podstawowa

<b>CHLEB AZTEKÓW</b>	5,0 kg
Mąka pszenna T.750	5,0 kg
Drożdże	0,2 kg
Woda	ok.7,0 L

## Przygotowanie:

miesienie 10 minut wolno, temperatura ciasta 28-32°C,  
leżakowanie 30-60 minut, garowanie 40-50 minut  
( temperatura 35°C, wilgotność 75%). Po garowaniu piec chleb  
z zaparowaniem, po 5 minutach otworzyć cug.  
Temp. pieczenia 230°C spadająca do 200°C,  
czas pieczenia ok. 40 minut