Фруктово-зерновой хлеб (11 декабря 2014)

Рецепт от Jamie Oliver - получился очень вкусный хлеб. Сладость только от сухофруктов. По текстуре довольно плотный, сухой, но остановиться невозможно. Для сладкоежек можно подавать с медом или джемом. Отличный вариант для перекуса.
Несу Марине **magdacook** на конкурс "Зимние блюда".
А также несу к Оле **olikerns** на ее ФМ "Сладкий, сладкий Новый год! - 2014"





Ингредиенты:

175 г цельнозерновой муки

100 г пшеничной муки

37 г отрубей (я взяла перемолотые овсяные хлопья)

0.5 ч.л. разрыхлителя

40 г семян льна

40 г семян подсолнечника (немного обжарить)

40 г кунжута

40 г семян мака

64 г чернослива

64 г кураги

горть изюма

горсть сушеной клюквы

325 мл молока (добавила больше, так как тесто было совсем густое).

Смешать муку с разрыхлителем, семенами и сухофруктами. Добавить молоко, перемешать. Выпекать при 175С 60 минут.



Комментарии (40)

> **flamebelle** 11 декабря 2014 17:47
>
> Разрез - мега-полезно-аппетитный! Очень люблю такие вещи!

eastflower 11 декабря 2014 19:58

Оксаночка, спасибо! Мне тоже очень понравился, в меру сладкий, сытный (хотя мне все время хотелось чай с ним попить) и вкусный.

Narine Hovhannisyan 11 декабря 2014 18:10

классно

eastflower 11 декабря 2014 19:59

Нарине, спасибо! А главное - готовится очень быстро.

olgavb_osa 11 декабря 2014 18:23

Очень симпатичный!)

eastflower 11 декабря 2014 20:00

Ольга, спасибо! Мне понравился тем, что сладость дают только сухофрукты.

lifetastesgreat 11 декабря 2014 18:31

ооо! я такие обожаю!

eastflower 11 декабря 2014 20:00

Когда его пекла вспоминала тебя :)), помню у тебя был зерновой хлеб, пойду искать. Я теперь тоже люблю такую выпечку.

aranart 11 декабря 2014 18:35

Замечательный состав!

eastflower 11 декабря 2014 20:01

Дарик, спасибо! Вкусно и сытно, а еще и полезно :)

natavera15 11 декабря 2014 18:47

какой "богатый" хлеб по составу)

eastflower 11 декабря 2014 20:01

Наташенька, спасибо! Мне понравился тем, что готовить быстро (не считая времени в духовке), а пользы и радости много.

manyasha_p 11 декабря 2014 18:50

Очень аппетитные кусочки!

eastflower 11 декабря 2014 20:01

Мариночка, спасибо!

surrealnay 11 декабря 2014 20:31

Ленчик, шикарный рецепт!! А чего ты не отнесла его к Оле на Сладкий, сладкий Новый год, от так и просится в корзину подарков, также к Вики на кексы думаю это подойдешь …это хлеб-кекс все таки))….ну и зимняя это еда, так что неси и Марине))ОЧЕНЬ ЧУМОВАЯ ВЕЩЬ У ТЕБЯ!

eastflower 11 декабря 2014 21:17

Заремочка, спасибо! За подсказки отдельное спасибо. Маришке отнесла, пойду к Оле :)

surrealnay 11 декабря 2014 21:32

Ленчик, ну как без оных, мы все друг другу как единое плечо)))

magdacook 11 декабря 2014 20:45

завтра же испеку) только на воде)

eastflower 11 декабря 2014 23:05

Думаю ,тебе понравится. Я бабушке пекла, но она у нас молоко в пост пьет (иначе уже сложно переносить).

i_muminov 11 декабря 2014 21:57

Елена, респект, удивительное чудо! Взял на заметку!!!

eastflower 12 декабря 2014 01:39

Искандар, спасибо!

tania_bondarets 11 декабря 2014 22:29

сколько же там начинки!

eastflower 12 декабря 2014 01:39

Танюшка, он такой насыщенный, хоть и сытный, но я ходила каждый раз отлавывала кусочек.

tania_bondarets 12 декабря 2014 01:40

наркотический)

eastflower 12 декабря 2014 01:41

ага, вкусно так - семечки, сухофрукты.

ann_omer 12 декабря 2014 00:29

Очень люблю такие! Вроде бы просто хлеб, а на самом деле полноценная еда, и полезная!

eastflower 12 декабря 2014 01:40

Как вы правы! Я тоже полюбила такие варианты, просто, вкусно и сытно.

filifera 12 декабря 2014 02:48

У меня после приготовления самодельного творожного "сыра" (увлеклась чизкейками;) осталась сыворотка, так я все выискиваю рецепты, где бы ее применить.:) Думаю, сюда она впишется идеально, вместо молока. И еще, я тоже предпочитаю простилать форму бумагой, а не смазывать маслом и присыпать мукой - так кексу гораздо проще "вылезти" из формы.Лен, а тебе не показалось, что разрыхлителя маловато? Я на такое количество ингредиентов взяла бы 1 ч.л. разрыхлителя.Edited at 2014-12-11 09:51 pm (UTC)

eastflower 12 декабря 2014 09:55

А я вот только недавно стала так делать, очень удобно.

eastflower 12 декабря 2014 09:57

По поводу разрыхлителя - это завитсит от того, какую ты хочешь текстуру. Мне показалось, что плотная очень даже хорошо подошла. Но это дело вкуса.

fahrwasser 12 декабря 2014 05:08

Какой отличный рецепт! Самое то, спасибо, прибрала.

eastflower 12 декабря 2014 09:58

Аленочка, спасибо! Буду рада, если понравится. А у меня в планах твой банановыый :)

tastyak 12 декабря 2014 08:23

какой вкусный! Утащила!

eastflower 12 декабря 2014 09:58

Настюша, рада, что понравился.

wowcook 12 декабря 2014 23:22

Хлеб мой! Очень люблю с сухофруктами!

eastflower 14 декабря 2014 18:48

Оленька, спасибо! Я вот тоже полюбила.

agro_al 12 декабря 2014 23:28

как же я подобные вещи люблю… и без меда хороши)))

eastflower 14 декабря 2014 18:49

Катюш, мне тоже было нормально без меда, сухофрукты, семечки - отличное сочетание.

lipyf837 13 декабря 2014 18:09

Мне такой хлеб очень нравится - сладковатый, необычный на вкус!

eastflower 14 декабря 2014 18:50

спасибо! Я теперь тоже поклонница, до этого кексы пекла, а теперь буду такой простой, но очень вкусный хлеб печь.

Elena Tsoy (Tsoy)

Готовлю торты, пирожные, зефир и панеттоне на заказ

ТЕЛЕФОН +7 911-213-67-68

ТЕЛЕГРАМ-КАНАЛ @ТелеЦойка ·

https://t.me/tsoikaeast

