



## Veganský toastový chléb - videorecept

|          |        |                                   |             |       |
|----------|--------|-----------------------------------|-------------|-------|
| veganský | Snadné | 50 minut pečení + 3 hodiny kynutí | Pro 4 osoby | ☆☆☆☆☆ |
|----------|--------|-----------------------------------|-------------|-------|

### Ingredience

500 g hladké pšeničné mouky  
300 ml rostlinného mléka  
50 g oleje  
10 g soli  
45 g špaldového sirupu  
5 g sušeného droždí

### Jak na to?

1. Do mísy robota dejte mouku, sůl a droždí, krátce promíchejte. Přidejte rostlinné mléko, olej a sirup. Nasadte hnětací hák a hnětejte asi 5 až 7 minut, dokud těsto nepřestane lepit na stěny (a drží pěkně na háku).
2. Těsto dejte do mísy, zakryjte fólií a nechte kynout 90 až 120 minut, dokud neznásobí objem.
3. Vyklopte těsto na pracovní desku. Dlaněmi jen vytvarujte do tvaru přibližného obdélníku (na délku asi jako vaše forma na pečení). Těsto je třeba vyformovat do pěkného bochníku – začněte přeložením horní strany těsta zhruba v 1/3 a utěsněním sváru. Pokračujte přeložením spodní strany stejným způsobem. Pak přehněte levý a pravý konec. A nakonec těsto přeložte, utěsněte svár a vytvarujte do protáhlého bochníku.
4. Vytvarované těsto dejte do vymazané formy na chleba, postríkejte vodou z rozprašovače a zakryjte. Nechte kynout asi 60 až 90 minut, dokud těsto znovu nenabude.
5. Formu s vykynulým bochníkem dejte do trouby vyhřáté na 180 °C (do dolní třetiny) a pečte asi 45 až 50 minut. Chléb je hotový, když vnitřní teplota uprostřed bochníku dosáhne 87 °C (popř. můžete otestovat špejlí). Upečený chléb nechte trochu vychladnout. Okraje opatrně uvolněte od formy a pomalu vyklopte. Dejte na mřížku a nechte zcela vychladnout.

Pozor: špaldový sirup je důležitý pro své enzymatické vlastnosti, podobně fungují i další obilné sirupy (ječný, pšeničný) nebo slad. Ostatními sirupy nebo cukrem jej nenahrazujte.