

Ψωμί χωρίς ζύμωμα

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



ΥΛΙΚΑ

- 330 γρ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 5 ξερή μαγιά γρ ή 1/4 κ.γ.
- 14 Αλάτι κ.γ.
- 360 ml νερό

- Χρόνος Προετοιμασίας
- Βαθμός Δυσκολίας
- Εύκολη
- Αριθμός ατόμων
- 4 άτομα

Εύκολη συνταγή που δεν απαιτεί πολύ κόπο για μυρωδάτο, ξεροψημένο, σπιτικό ψωμάκι.

Σε ένα μεγάλο μπολ ανακατέψτε το αλεύρι μαζί με τη μαγιά και το αλάτι. Προσθέστε 360 ml νερού και συνεχίζετε να ανακατεύετε μέχρι να αναμειχθούν καλά. Το αποτέλεσμα θα είναι μια κολλώδης ζύμη. Καλύψτε το μπολ με διαφανή μεμβράνη και αφήστε τη ζύμη σε θερμοκρασία δωματίου να ξεκουραστεί για 12-18 ώρες.

Θα καταλάβετε ότι η ζύμη είναι έτοιμη όταν στην επιφάνεια της θα έχουν δημιουργηθεί διάσπαρτες φυσαλίδες.

Τότε αφαιρούμε τη ζύμη από το μπολ και την τοποθετούμε πάνω σε ελαφρά αλευρωμένη επιφάνεια εργασίας. Πασπαλίζουμε λίγο ακόμα αλεύρι πάνω στη ζύμη και τη διπλώνουμε μεταξύ της 2-3 φορές.

Τυλίγουμε και πάλι τη ζύμη με διαφανή μεμβράνη και την αφήνουμε για 15 - 20 λεπτά να ξεκουραστεί.

Στη συνέχεια απλώστε μια βαμβακερή πετσέτα στον πάγκο εργασίας και πασπαλίστε πολύ καλά με αλεύρι. Αναποδογυρίστε επάνω τη ζύμη πασπαλίστε από πάνω και τη ζύμη με αλεύρι και σκεπάστε τη με μια ακόμα βαμβακερή πετσέτα. Αφήστε τη ζύμη σε αυτή την κατάσταση για περίπου 2 ώρες. Θα δείτε ότι μετά από 2 ώρες η ζύμη θα έχει διπλασιαστεί σε μέγεθος και αν την πατήσετε με το δάχτυλο σας δεν θα επανέρχεται εύκολα.

Τουλάχιστον 30 λεπτά πριν να είναι έτοιμη η ζύμη σας, προθερμάνετε το φούρνο στους 230 βαθμούς και κατά τη διάρκεια προθέρμανσης, τοποθετήστε μέσα ένα τηγάνι που να μπαίνει στο φούρνο ή μια κατσαρόλα όπου και θα τοποθετήσετε τη ζύμη σας για να ψηθεί.

Όταν ο φούρνος και η ζύμη είναι έτοιμη βγάλτε το σκεύος από το φούρνο και τοποθετήστε μέσα τη ζύμη. Ανακινήστε λίγο ώστε η ζύμη να απλωθεί ομοιόμορφα και να έχει όμορφο σχήμα (κάτι όμως που θα βελτιωθεί και κατά τη διάρκεια ψησίματος). Τοποθετούμε στο φούρνο και σκεπάζουμε το σκεύος με καπάκι. Αφήνουμε τη ζύμη μας να ψηθεί έτσι για 30 λεπτά και στη συνέχεια αφαιρούμε το καπάκι και ψήνουμε για ακόμα 15-30 λεπτά ή ως ότου το καρβέλι μας ροδίσει ομοιόμορφα.

Το αποσύρουμε από το φούρνο και αφήνουμε το ψωμί μας να κρυώσει καλά.

Πηγή: cookbox.com.cy