

Αφράτο σπιτικό ψωμί με παντζάρι

Μερίδες: 2 μεσαία καρβέλια **Χρόνος προετοιμασίας:** 30 λεπτά **Χρόνος ψησίματος:** 30-40 λεπτά **Χρόνος Αναμονής:** 30 λεπτά

Φυλάσσεται καλυμμένο σε θερμοκρασία δωματίου για 4 μέρες.

Υλικά για τη ζύμη:

- 3-4 μεσαία παντζάρια
- 9 γρ. ξηρή μαγιά
- 40 γρ. νερό
- 25 γρ. ελαιόλαδο
- 400 γρ. αλεύρι σκληρό
- 100 γρ. αλεύρι ολικής άλεσης
- 10 γρ. αλάτι

Επιπλέον υλικά:

- 60 γρ. ξηροί καρποί κοπανισμένοι (προαιρετικά)
- λίγο χοντρό θαλασσινό αλάτι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

1) Ψήνουμε τα παντζάρια ολόκληρα στους 200°C στις αντιστάσεις για 20 λεπτά η τα βράζουμε μέχρι να μαλακώσουν. Τα αφήνουμε να κρυώσουν και τα πολτοποιούμε με ενα ραβδομπλέντερ. Θα χρειαστούμε περίπου 300 γρ. πολτοποιημένων παντζαριών.

2) Προσθέτουμε σταδιακά το νερό, το ελαιόλαδο και τη μαγιά και ανακατεύουμε. Αφήνουμε για 20 λεπτά σε ζεστό μέρος της κουζίνας για να τραφεί η μαγιά.

3) Σε ένα μεγάλο μπολ ανακατεύουμε τα δύο αλεύρα μας, το αλάτι και προσθέτουμε το μείγμα με τη μαγιά. Αρχίζουμε να ζυμώνουμε, μεταφέρουμε σε καθαρή επιφάνεια (αν χρειαστεί την αλευρώνουμε ελαφρώς) και συνεχίζουμε το ζύμωμα μέχρι να έχουμε μία ζύμη σφιχτή, που δεν κολλάει στα χέρια μας.

4) Λαδώνουμε το μπολ και τη ζύμη μας, τη βάζουμε μέσα, καλύπτουμε με πετσέτα και αφήνουμε να ξεκουραστεί και να διπλασιαστεί σε μέγεθος για 30 λεπτά σε ζεστό μέρος.

5) Χωρίζουμε τη ζύμη σε δύο ίσα μέρη, αν θέλουμε προσθέτουμε σε αυτό το σημείο τα $\frac{2}{3}$ των ξηρών καρπών (εφόσον τα χρησιμοποιήσουμε) και ζυμώνουμε μέχρι να ενσωματωθούν, σχηματίζουμε δύο ομοιόμορφες μπάλες και τις μεταφέρουμε σε ταψί περασμένο με λαδόκολλα. Αν θέλουμε πασπαλίζουμε από πάνω με λίγο χοντρό αλάτι και τους υπόλοιπους κοπανισμένους ξηρούς καρπούς.

6) Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180°C στον αέρα για 30 - 40 λεπτά. Αφήνουμε τα ψωμάκια να κρυώσουν καλά σε μια σχάρα, για τουλάχιστον 1-2 ώρες πριν τα κόψουμε.

SUPER TIP:

Τα παντζάρια ψημένα στο φούρνο κρατάνε καλύτερα τη γεύση τους και το χρώμα τους. Αν επιλέξουμε βραστά παντζάρια τότε μειώνουμε τη ποσότητα του νερού (25γρ νερο).