**INTEGRALNI KRUH KOJI SE NE MIJESI**

**SASTOJCI:**

 2 šalice glatkog brašna

 1 šalica graham brašna

 1 šalice raženog brašna

 1 žlica soli

 1 žličica instant kvasca

 2 šalice vode sobne temperature

**POSTUPAK:**

**PRIPREMA TIJESTA:** U velikoj posudi promiješati brašno, sol i instant kvasac. Dodati vodu te tijesto lagano miješati kuhačom. Posudu prekriti prijanjajućom folijom i ostaviti na sobnoj temperaturi **12-18 sati**, najbolje preko noći.

**PRIPREMA ZA PEČENJE:** Zagrijati pećnicu na 230 ºC i u nju staviti vatrostalnu posudu promjera 22 cm ili posudu od lijevanog željeza s poklopcem da se grije oko 15 minuta.

Za to vrijeme lagano izvaditi tijesto iz posude na jako pobrašnjenu podlogu i oblikovati kruh u oblik lopte. Bez gnječenja!

**PEČENJE:** Tijesto lagano staviti u ugrijanu posudu. Peći poklopljeno na temperaturi od 230 ºC 30 minuta. Otkriti posudu i peći još 10-15 minuta dok kruh ne dobije zlatno smeđu boju.

1 šalica = 240 ml