



## Хала с цельнозерновой мукой на оливковом масле

Проверенный рецепт нежной и ароматной халы. Из цельнозерновой муки, пополам с обычной и с оливковым маслом. Осторожно, вызывает привыкание!

### Ингредиенты

1 кг. обычной муки пополам с цельнозерновой.  
Можно использовать только обычную или только цельнозерновую (если у вас есть хорошая светлая цельнозерновая мука, а не дешевая из супермаркета, иначе хала не выйдет пышной и мягкой).

550 мл. воды (500 мл. если только белая мука)

1 кубик (25 гр.) свежих дрожжей - можно заменить  
1 ст. л. (11 гр.) сухих дрожжей

1/2 стакана (120 гр.) сахара

1/2 стакана нерафинированного оливкового масла  
(можно заменить растительным)

1 яйцо

1 ст. л. мелкой соли

Яйцо для смазки и кунжут или мак для обсыпки



### Процесс приготовления

1. В миксер или в глубокую миску наливаем воду, добавляем сахар и дрожжи. Перемешиваем для полурасстворения сахара.
2. Насыпаем муку и начинаем замес. Слегка взбиваем яйцо, добавляем к нему масло и перемешиваем. Добавляем в тесто. Продолжаем замес ещё 2-3 минуты.
3. Добавляем соль и замешиваем еще 5 мин до получения гладкого теста. Возможно, тесто будет липнуть. Не добавляйте муку. Дайте постоять тесту 1-2 мин. и рукой, со стенок как-бы "складывая" тесто внутрь, перемешиваем тесто еще пол минуты. Если при этом тесто всё равно липнет, то дайте ему постоять 20 мин. и потом попробуйте "поскладывать".
4. Накрываем тесто пленкой или влажным полотенцем и оставляем на 1.5-2 часа до увеличения объема вдвое. Обминаем "складывая". Накрываем и оставляем еще на 20-30 мин.
5. Вынимаем тесто на легко присыпанную мукой поверхность. Делим на две части. Затем каждую часть делим еще на 3 (обычная косичка) или 4 части. Формируем шарики и оставляем на 20 мин накрыв поотенцем.
6. Каждый шарик ракатываем с длинную сосиску. Старайтесь использовать минимальное количество муки для присыпки, если тесто прилипает. Соединяем 3 сосиски и плетём косичку.
7. Перекладываем обе халы на противень с бумагой для выпечки. Оставляем на 45 мин для подхода.
8. Смазываем взбитым яйцом и посыпем кунжутом или маком.
9. Выпекаем 45-60 мин. в предварительно нагретой до 180° духовке до румяной коричневой корочки.