

TELJESKIŐRLÉSŰ HAMBURGERZSEMLE Kálci receptje nyomán

Hozzávalók 6 db zsemléhez:

35 dkg (350 g) teljes kiőrlésű búzaliszt

8 dkg (80 g) búzasikér

2 tk. (10 g) só

10 g negyedannyi

1,5 dkg (15 g) élesztő, vagy 2/3 (4-5 g) csomag instant élesztő

2,8 dl (280 g) víz

2 evőkanál (30 g) 30%-os habtejszín (cukrozatlan)/ én főzőtejszínt használtam

3,5 dkg (35 g) hideg vaj, nekem margarinom volt otthon

Elkészítés:

A lisztbe belekeverjük a sót és az édesítőt a közepébe mélyedést készítünk, ahova belemorzsoljuk az élesztőt és beleöntjük a langyos vizet, megvárjuk míg felfut az élesztő, majd a tejszínt és a vajat is belemérjük. Alaposan kidagasztjuk a tésztát, majd 45 percet kelesztjük. Ha megkelt 6 db-ra vágjuk (kb. 130-135 g/db) és megformázzuk őket zsemlének. Ilyenkor a lényeg az, hogy a tenyerünkkel kicsit kifelé feszítsük a tésztát. Akkor jó, ha már egy szép feszes kis gombóc van a markunkban. Sütőpapírral vagy szilikonlappal bélelt tepsire rakjuk őket. Kb. fél órát kelesztjük őket, de inkább azt figyeljük, hogy duplájukra keljenek meg. Ha megkeltek lekenjük őket egy kis tejszínnel felvert egész tojással. És ha szeretnénk, akkor megszórjuk őket szezámmaggal. Közben előmelegítjük a sütőt alsó-felső sütésen 180 C oC-ra, gőztér alkalmazásával. Kb. 15-20 perc alatt készre sütjük a zsemléket. ha már szép barna, akkor biztosan jó lesz.

Készítettem hozzá hamburgerpogácsát 30 % zsírtartalmú sertéshúsból, és egyet vöröslencséből zabpehellyel, dióval, fűszerekkel. Majd hozom a receptet is, ha érdeklőnőket. Az aktuális zöldségek pedig: saláta, sárgarépa, lilahagyma, zöldhagyma. Kisérőnek kis sajt és ketchup.