



Hozzávalók:

3 dkg élesztő, 0,5 dl tej, 30 dkg finomliszt,
15 dkg zabkorpá, 15 dkg sütőmargarin
vagy vaj, 2 tojás, 2 dl tejföl, 1-1
mohkáskanál 10%-os ételacet és só

a nyújtáshoz:

finomliszt vagy zabpehelyliszt

a tepszi kikénéséhez:

vaj vagy sütőmargarin

a tetejére:

1 tojás

1. Az élesztőt a langyos tejbe morzsoljuk és 1 evőkanál lisztet is hozzáadva kb. negyedóra alatt fölfuttatjuk. A többi lisztet meg a korpát a vajjal (margarinnal) elmorzsoljuk.
2. A felfuttatott élesztőt, a tojásokat, a tejfölt, az ecetet hozzáadjuk, megsózzuk és kb. 10 perc alatt jól kidolgozott, félkemény tésztává gyúrjuk. Ne ijedjünk meg attól, hogy a tészta eleinte kissé ragadós, majd ha jól bedagasztottuk, elválk az edény falától. Konyharuhával letakarjuk, és langyos helyen 2 órán át kelesztjük.
3. Ezután belisztezett gyúródeszkán jó ujjnyi vékonyságúra nyújtjuk, tetejét késsel bevagdossuk, majd 4-5 cm átmérőjű pogácsaszaggatóval kiszúrjuk. Enyhén kikent vagy sütőpapírral bélelt sütőlapra rakjuk, tetejüket felvert tojással megkenjük, újabb 20-25 percig kelesztjük, majd előmelegített sütőben, közepes lánggal (180 °C; légkeveréses sütőben 165 °C) kb. 25 perc alatt megsütjük.

kb. 25 darab

Elkészítési idő: 1 óra + kelesztés

Egy darab: 131 kcal • fehérje: 3,4 gramm • zsír: 7,2 gramm • szénhidrát: 13,0 gramm •
rost: 1,3 gramm • koleszterin: 52 milligramm