



Forrás: Rama Receptnaptár
Fotó: Balogh Tamás

Hozzávalók

a tésztához:

4 dl tej, 1 kiskanál kristálycukor, 2 dkg élesztő, 60 dkg finomliszt (a fele Graham-liszt is lehet), 4 evőkanál porcukor, 7 dkg vaj vagy sütőmargarin, 2 tojássárgája, fél mokkáskanál só

a töltelékhez:

50 dkg tehéntúró, 2 tojás, 4 evőkanál búzadara, 2 dl tejföl, 1 csomag vaníliás cukor, 6 evőkanál kristálycukor, 1 nagy csokor kapor, 2 tojásfehérje

a tészta nyújtásához:

kb. 1 evőkanál finomliszt

a tepsi kikenéséhez:

3 dkg vaj vagy sütőmargarin

1. A tejet meglangyosítjuk. 1 decit kimerünk belőle, a kristálycukrot beleszórjuk, az élesztőt belemorzsoljuk és langyos helyen kb. 15 perc alatt megfuttatjuk (ez nem jelenti azt, hogy körbe kell rohanni vele a háztömböt, egyszerűen csak félretesszük).

2. A lisztet egy tálba szitáljuk, a közepét kimélyítjük, a tejes élesztőt beleöntjük. Ide kerül a porcukor, az olvasztott vaj vagy margarin, a tojássárgája meg a só is. Dagasztani kezdjük úgy, hogy közben apránként a többi tejet is belegyúrjuk. Akkor jó, ha az edény falától elválik, középesen kemény kelt tészta lesz belőle. Letakarva, langyos helyen kb. 45 percen

át kelesztjük.

3. Közben a túrót áttörjük, a tojássárgájával, a búzadarával, a tejföllel, a vaníliás cukorral és a cukorral összekeverjük. A 4 tojásfehérjét kemény habbá verjük. A kaprot finomra vágjuk, a túrókrémhez keverjük, majd beleforgatjuk a tojáshabot is.

4. A tésztát enyhén meglisztezett gyúrólapon ellapítjuk. Egy nagy tepsit kikenünk, a tésztát ráfektetjük. A túrós masszát a tetején elsimítjuk, végül előmelegített sütőben, közepes lánggal (180 °C; légkeveréses sütőben 165 °C) kb. 30 percig sütjük. Langyosan, kockákra vágva tálaljuk, esetleg a tetejét porcukorral is behinthetjük

Kb. 25 szelet

Elkészítési idő: 1 óra 45 perc

Egy szelet: 242 kcal • fehérje: 10,5 gramm • zsír: 7,5 gramm • szénhidrát: 32,9 gramm • rost: 0,4 gramm • koleszterin: 62 milligramm