



Hozzávalók

a tésztához:

1,5-2 dl tej, 2 dkg élesztő, 40 dkg finomliszt, 1 mokkáskanál só, 1 tojás, 6 dkg vaj vagy sütőmargarin, 4 dkg kristálycukor, 1 citrom reszelt héja

a narancstöltelékhez:

1 nagy narancs, kb. 10 dkg kristálycukor

a máktöltelékhez:

10 dkg darált mák, 1-1 evőkanál mazsola és porcukor, fél citrom héja, 1 dl tej

a diótöltelékhez:

10 dkg darált dió, 1-1 evőkanál mazsola és porcukor, fél citrom héja, 1 dl tej

a nyújtáshoz:

finomliszt

a forma kikenéséhez:

vaj

a lekenéshez:

1 tojás

a sütéshez:

3-4 tojás, egy kevés olaj

1. A tejet meglangyosítjuk, az élesztőt belemorzsoljuk és fölfuttatjuk. A lisztet átszitáljuk, megsózzuk, és a tojással, az élesztővel, a puha (szobahőmérsékletű) vajjal vagy margarinnal, a cukorral meg a citromhéjjal ízesítve kissé kemény tésztává dagasztjuk. Letakarjuk, langyos helyen kb. 45 percen át kelesztjük.

2. Ezalatt elkészítjük a töltelékeket. A narancsot jól megmossuk, majd vékonyan - a belső fehér héját érintetlenül hagyva - meghámozzuk, és a héját egy olyan kicsi lábasba tesszük, amibe éppen csak belefér. A cukrot rászórjuk, egy kevés vizet ráöntünk, és lefödve puhára főzzük. Megvárjuk, amíg kihűl, lecsöpögtetjük, majd megdaráljuk vagy egészen finomra vágjuk. A mákot a mazsolával meg a porcukorral összekeverjük, a citrom reszelt héjával ízesítjük, azután a tejjel leforrázzuk. A diótölteléket ugyanígy készítjük el.

3. A megkelt tésztát három részre osztjuk, majd meglisztezett deszkán, egyenként hosszúkásra nyújtjuk. Mindegyik közepére egy csíkban tölteléket púpozunk (egy tésztára egyféle töltelék kerül). A tésztaalapokat egyenként föltekercsöljük, finoman megsodorjuk, és hármas copffonással kalácsot formálunk belőlük.

4. Egy 26 centi átmérőjű tortaformát kivajazunk, a kalácsot beletekergetjük, majd a tetejét fölvert tojással megkenjük. Langyos helyen 30 percen át kelesztjük. Sütés előtt tojással még egyszer megkenjük. A formát vízzel félig telt tepsibe állítjuk. 3 vagy 4 tojást alufóliába csomagolunk, kívülről olajjal megkenjük, és a kalács tetejébe nyomkodjuk. Előmelegített sütőben, közepes lánggal (180 °C; légkeveréses sütőben 165 °C) kb. 40 percig sütjük. Ezután a formát a még forró tésztáról leemeljük, így nem ázik el. Amikor a kalács kihűlt, a fóliás tojások helyére hímes tojásokat ültetünk.

Jó tanács

- Érdemes egyszerre nagyobb mennyiségű narancshéjat megfőzni, mert - például gyümölcskenyérbe - nagyszerű ízesítő, csokoládémázzal bevonva pedig kitűnő csemege.
- Bármelyik töltelék helyettesíthetjük gesztenyemasszával vagy túrókrémmel.

8 szelet

Elkészítési idő: 1 óra 20 perc + 1 óra 15 perc kelesztés

Egy szelet: 599 kcal • fehérje: 14,5 gramm • zsír: 22,0 gramm • szénhidrát: 85,7 gramm • rost: 3,1 gramm • koleszterin: 72 milligramm