



Hozzávalók

a tésztához:

6 dl tej, 1 evőkanál kristálycukor, 7 dkg élesztő, 22 dkg vaj vagy sütőmargarin, 48 dkg finomliszt, 48 dkg rétesliszt, 1 púpozott evőkanál só

a töltelékhez:

35 dkg vaj vagy sütőmargarin, 35 dkg sajt, 35 dkg főtt füstölt sonka

a tészta nyújtásához:

finomliszt

a tepsi kikenéséhez:

vaj vagy sütőmargarin

a lekenéshez:

2 tojás

a tetejére:

szezámag

1. A tejet meglangyosítjuk. 1,5 decinyit kimerünk belőle, a fele cukrot elkeverjük benne, majd belemorzsoljuk az élesztőt. 10 percre félretesszük, hadd kezdjen el dolgozni (kelni) az élesztő. A vajat (margarint) a többi tejhez adjuk, együtt kézmelegre melegítjük.
2. A kétféle lisztet egy tálba szórjuk, a sóval és a maradék cukorral összeforgatjuk, majd először a vajas (margarinos) tejet, azután a felfuttatott élesztőt adjuk hozzá. 20 percig dagasztjuk. Eleinte a tészta kiábrándítóan ragacsos, de a dagasztás végére könnyű kelt tészta lesz belőle, amelyik elválik az edény falától. Ha még is lágy maradna, egy kevés lisztet még beledagaszthatunk. Letakarva, meleg helyen kb. 50 perc alatt a duplájára kelesztjük, de ha nagyon sietünk, ezt az időt a felére is lecsökkenthetjük. Ilyenkor a sütőt a legkisebb lánggra állítva bekapcsoljuk, az ajtaját lenyitjuk, a letakart tálat rátesszük. Így 20-25 perc alatt megkel a tészta.
3. Közben a töltelékhez való vajat (margarint) és sajtot egycentis kockákra, míg a sonkát apróra vágjuk.
4. A megkelt tésztát 4 részre osztuk, cipó alakúra gömbölygetjük, majd az egyiket kb. 3 milliméter vékonyságúra, kb. 45 centi átmérőjű kerek lappá nyújtjuk. 16 részre vágjuk, szélesebb oldalukra 1-2 vaj (margarin) és sajt-kockát valamint egy kevés füstölt húst rakunk. A tésztát két oldalról ráhajtjuk és lenyomkodjuk, nehogy sütés közben a töltelék kifolyjon belőle. Ezután a csúcsa felé föltekerjük úgy, hogy közben mindig egy kicsit meghúzzuk a tésztát, hogy minél több vékony tekerés legyen rajta. Vajjal (margarinnal) kikent nagy

tepsire rakjuk. Egy újabb tésztacipóból megcsináljuk a következő 16 kiflit, a többi mellé, a tepsire rakjuk. Felvert tojással lekenjük, tetejüket szezámmaggal megszórjuk.

5. Előmelegített sütőben, a közepesnél kicsit nagyobb lánggal (190 °C; légkeveréses sütőben 175 °C) kb. 30 percig sütjük. Amíg sül, a maradék tésztából és töltelékből elkészítjük, a következő tepsire valót.

Jó tanács

- Ebből a tésztából pereceket is készíthetünk, amiket akkor, amikor félig megsültek, fél kiskanál só, 1 evőkanál finomliszt és 0,25 deci víz keverékével meglocsolunk, így sütjük készre.

64 darab

Elkészítési idő: 3 óra 30 perc

Egy darab: 172 kcal • fehérje: 4,9 gramm • zsír: 11,2 gramm • szénhidrát: 12,4 gramm • rost: 0,8 gramm • koleszterin: 18 milligramm