

Bába foga (tyúkláb fánk) - készítette a Csicsörke utánpótlás csoport



porcukor, lekvár

Hozzávalók

a tésztához

3 közepes, "M"-es méretű tojás, 3 evőkanál kristálycukor, 3 púpozott evőkanál tejföl (20%-os), 3 mokkáskanál szódabikarbóna, 3 mokkáskanál étellecet (10%-os), 55-60 dkg finomliszt

a formáláshoz: finomliszt

a sütéshez:

bő olaj

a tálaláshoz:

1. A tojást a cukrot és a tejfölt egy mély tálban összekeverjük. A szódabikarbónát és az ecetet hozzákeverjük. Annyi liszttel, amennyit felvesz (ez a tojás nagyságától és a tejföltől is függ) közepesen lágy tésztát gyúrunk belőle.
2. Enyhén meglisztezett gyúrolapon 6-8 centi hosszú, kisujjnyi vastag hengereket formázunk belőle. Egyet magunk elé teszünk és jobbról, hosszában, középen a feléig bevágjuk. 180 fokkal átfordítjuk úgy, hogy a vágás balra essen. 90 fokot fordítunk rajta magunk felé, majd a még egyben lévő részt jobbról, hosszában, középen a feléig bevágjuk. Az így kapott egyik "lábát" áthajtjuk a másik oldalon lévő két "lába" közé, így nyeri el a fánk jellegzetes, tyúkláb (bába foga) formáját. Az összes kis tésztahengert így készítjük elő.
3. Bő, forró olajban kb. 3 perc alatt aranybarnásra sütjük. Konyhai papírtörlőre szedve lecsöpögtetjük, majd még forrón a porcukorral behintjük. Melegen, lekvár kíséretében kínáljuk.

8 főre

Elkészítési idő: 1 óra

Egy adag (porcukor és lekvár nélkül): 403 kcal • fehérje: 11,7 gramm • zsír: 10,3 gramm • szénhidrát: 65,5 gramm • rost: 0,0 gramm • koleszterin: 114 milligramm

Nehézségi foka: ●●●○○○

Fotó: receptletöltés