



Hozzávalók

a tésztához:

60 dkg finomliszt (a fele rétesliszt vagy Graham-liszt is lehet), 3 tojássárgája, 3 evőkanál olaj, 3 evőkanál (6 dkg) kristálycukor, 4 dl langyos tej, 5 dkg morzsolt élesztő, 1 mokkáskanál só

a töltelékhez:

25 dkg vaj vagy sütőmargarin, 20 dkg kristálycukor (valódi barna cukor is lehet), 3 evőkanál keserű kakaópor

a nyújtáshoz:

2-3 evőkanál finomliszt

a tetejére:

1 tojás

a tepsi kikenéséhez:

2-3 dkg vaj vagy sütőmargarin

1. A tésztához valókat egy nagy tálban 7-8 perc alatt jól bedagasztjuk; az élesztőt sem kell felfuttatni, elég csak belemorzsolni. Akkor jó, ha az edény falától elválik. Letakarva, meleg helyen 50 perc alatt a duplájára kelesztjük.

2. Ezt az időt kihasználjuk, elkészítjük a töltelékét. Azaz a puha (szobahőmérsékletű) vajat (margarint) a cukorral krémes állagúvá keverjük (nem fontos, hogy elolvadjon benne a cukor), majd hozzáadjuk a kakaóport is.

3. A tésztát enyhén lisztezett gyúrólapra borítjuk, hat egyforma részre osztjuk. Ezeket egyenként téglalap alakúra nyújtjuk, a kakaós krémmel megkenjük. Ezt megnedvesített késsel a legkönnyebb. Azután mindkét rövidebbik oldalát ujjnyi szélességben befelé ráhajtjuk, majd a tésztát, lehetőleg minél több csavarással felhengergetjük.

4. Hármascopfonással összefonjuk. Az így kapott két „kalácsot” egy kb. 30×20 centis, kivajazott, magas falú tepsibe fektetjük. Akkor jó, ha a tészta a tepsi oldalához ér, így csak felfelé növekedhet, nem „fekszik el”. 10-15 percnyi pihentetés után felvert tojással megkenjük, majd előmelegített sütőben, a közepesnél kicsit kisebb lánggal (180 °C; légkeveréses sütőben 160 °C) kb. 35 percig sütjük.

10 főre

Elkészítési idő: 2 óra

Egy adag: 638 kcal • fehérje: 11,8 gramm • zsír: 31,7 gramm •

szénhidrát: 76,2 gramm • rost: 1,0 gramm • koleszterin: 182 milligramm