

## Szezámos hamburgerbuci (tojás és tejmentes)



### Hozzávalók:

300 gramm (kb. 3 dl) langyos víz, 2,5 dkg friss élesztő, 1 púpozott evőkanál (20 gramm) kristálycukor, 44 dkg finomliszt, 50 gramm (kb. 0,5 dl) olaj, 1 kiskanál (kb. 12 gramm) só

a tészta formálásához:

1-2 evőkanál olaj, finomliszt

a tepsi kikenéséhez:

1 evőkanál olaj

a tetejére:

maréknyi szezámag

1. A langyos vizet tálba öntjük, az élesztőt belemorzsoljuk, a cukrot belekeverjük, és meleg helyen 15 percre félretesszük, hogy az élesztő fölfuthasson. A szobahőmérsékletű lisztet, az olajat és a sót hozzáadjuk, dagasztani kezdjük. Kicsit ragacsos a tészta, de így jó, nem kell hozzá több liszt. Addig kell dolgozni vele, míg el nem válik a tál falától, ez kb. 5 perc. A tetejét egy kevés olajjal lekenjük, és meleg helyen (kb. 30 °C) 45-50 percen át kelesztjük.
2. A pihentetett tésztát enyhén meglisztezett gyúrólapra borítjuk, finoman átgyúrjuk, 8 egyenlő részre vágjuk. Egyenként enyhén lisztezett gyúrólapon gömbölyűre formáljuk, szakmai nyelven virgoljuk.
3. Kiolajozott tepsire rakjuk, vizezett ecsettel lekenjük, és további kb. 30 percen át kelesztjük. Ezután újra lekenjük egy kevés vízzel, szezámaggal meghintjük, és előmelegített sütőben (200 °C, légkeveréses sütőt 180 °C) 20 percig sütjük. A sütőből kivéve vizes ecsettel lekenjük.

8 darab

Elkészítési idő: 1 óra 20 perc + többszöri pihentetés

Egy darab: 296 kcal

A recept elkészítése [IDE KATTINTVA](#) a YouTube-on is megtekinthető.