

Zsemle (6 db kb. 10-10 dkg)

Hozzávalók

20 dkg búza finomliszt
(BL-55),
20 dkg teljes kiőrlésű búzaliszt
(BTKL)
2 evőkanál olaj,
3,0 dl langyos víz,
1 púpos teáskanál cukor,
1 púpos teáskanál só,
1 - 1,5 dkg élesztő
(pl. 5 dkg-os csomag 1/4-a),
(vagy 1 csomag instant élesztő).



Elkészítés:

Az élesztőt (bármelyik) feloldjuk a vízben, hozzákeverjük a cukrot és egy kiskanál lisztet. A kétféle lisztet és a sót összekeverjük. Hozzáadjuk az olajat majd az élesztős vizet. Alaposan kidagasztjuk (robot-géppel kb. 10 perc, kézzel kb. 20-25 perc!). Egy vékonyan (!) olajozott edénybe áttesszük és lefedve legalább egy óráig kelesztjük

Előkészítünk egy tepsit, rá sütőpapírt helyezünk, melyet vékonyan megszórunk liszttel. A tésztát alaposan átgyúrjuk, hosszúkás hengerformára formázzuk. Hatfelé osztjuk és a gombócokat gyúrjuk át alaposan. A tepsire rakás után vékonyan belisztezzük, letakarjuk egy konyharuhával és kb. egy óra hosszat utókelesztjük.

A sütőt előmelegítjük 200 °C-ra.

A zsömléket spricceljük (kenjük) meg kevés vízzel, majd meghinthetjük vékonyan liszttel (nem kötelező), vagy megszórjuk magvakkal (pl. szezám, mák, napraforgó). A zsömléket kereszt alakban vágjuk be (én ötágú formát használtam).

A zsömléket 200 °C fokon 15 percig, majd 180 °C-on 20 percig sütjük.

A sütőből kivéve rakjuk egy rácsra, ismét spricceljük le vízzel, majd hagyjuk kihűlni.

Megjegyzés:

Természetesen a lisztek aránya akár jelentősen változtatható, bevált a fele/fele arány.

Sokszorosan kipróbált, bevált recept.