Bulky na hamburgery bez lepku

Počet porcí: 6
Doba přípravy: 30 minut
Bez lepku

Postup přípravy

Do skleničky nalijeme 50 ml vlažného mléka, přidáme cukr, rozdrobíme droždí a rozmícháme. Na teplém místě necháme cca 10 minut vzejít kvásek.

Ve velké míse kuchyňského robotu smícháme bezlepkovou směs pro přípravu kynutého těsta, sůl, olej, máslo, 1 vejce, zbytek mléka (250 ml) a kvásek. Pomocí hnětacích háků necháme zpracovávat 5 minut. Vzniklé řidší těsto zakryjeme potravinářskou fólií, aby neoschlo, a necháme na teplém místě kynout cca 40 minut.

Vykynuté těsto vyklopíme na lehce pomoučněný vál a rozdělíme na 6 dílů o hmotnosti cca 105 g. Každý kousek několikrát přeložíme – těsto ohneme od kraje ke středu, otočíme o 90 stupňů, znovu přeložíme od okraje ke středu, otočíme o 90 stupňů. Tento postup několikrát opakujeme, těsto se zpevní a vyhladí. Poté z jednotlivých kousků vytvoříme kuličky.

Plech vyložíme pečicím papírem a naskládáme na něj kuličky. Postříkáme je vodou z rozprašovače a plech zakryjeme potravinářskou fólií tak, aby se kuliček nedotýkala. Takto necháme na teplém místě kynout cca 40 minut. Mezitím si vyhřejeme troubu na 220 °C a na její dno dáme starý hluboký plech na pečení.

Vykynuté hamburgerové bulky potřeme směsí rozšlehaného vejce s 1 lžící mléka, posypeme sezamem a vložíme do trouby. Na plech umístěný na dně trouby nalijeme cca 0,5 l vroucí vody. Troubu rychle zavřeme, aby neunikla pára, která se tam díky vroucí vodě vytvoří.

Pečeme cca 10 minut, dokud se hamburgerové bulky nezačnou zabarvovat do světle hnědé barvy. Poté páru vyvětráme, vyndáme spodní plech, teplotu stáhneme na 160 °C a dopékáme cca 20 minut.

Upečené hamburgerové bulky necháme vychladnout na mřížce.

Z výše uvedených surovin upečeme 6 housek o průměru cca 10 cm.

Ingredience

- **Vejce** - 100 g
- **Jedlá sůl** - 6 g
- **Jihočeské mléko trvanlivé polotučné 1,5% 1 l** - 310 g
- **Cukr krystal** - 15 g
- **Sezam** - 15 g
- **Olej slunečnicový** - 10 g
- **Bezlepková mouka PROMIX®-Alfa 1000 g** - 250 g
- **Krajanka máslo 250 g** - 20 g
- **Čerstvé pekařské droždí 42 g** - 10 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM

CELIATICA.CZ

VÁŠ SEZNAM ONLINE