Bezlepkové pečivo – bavorské praclíky, rožky, žemle

Počet porcií: 8
Čas prípravy: 40 minut
Bez lepku

Postup prípravy

Všetky suché prísady (500 g múky, 1 ČL guarovej alebo xnatánovej gumy, 1 balenie sušeného droždia, 2 ČL soli) preosejeme do veľkej misy. Pridáme jogurt a olej, zalejem vodou a v mixéri vypracujeme cesto, ktoré sa nám odlepuje od okrajov misy. Na ľahko pomúčenej doske ho ešte ručne premiesime a rozdelíme asi na 8-10 rovnako veľkých kúskov. Z kúskov cesta vyformujeme rožteky, žemličky alebo praclíky. Do hrnca si dáme zovrieť vodu so sódou bikarbónou. Keď voda vrie, vložíme do nej na minútku povariť jednotlivé pečivká. Po minúte ich vyberieme a položíme na plech vystlaný papierom na pečenie. Pečivá môžeme v tomto okamihu pripraviť na pečenie alebo ich zmrazíme. Ak ich mrazíme, necháme ich vychladnúť, potom ich zabalíme do plastových sáčkov a odsajeme vzduch a zmrazíme. Pred použitím ich necháme pri izbovej teplote rozmraziť a na teplom mieste, postriekané vodou, asi pol hodinu podkysnúť. Potom pečieme ako je uvedené v návode nižšie. Pečivo, ktoré ideme hneď piecť necháme na plechu v teple asi pol hodinu podkysnúť. (aj v tejto fáze sa dá ešte pečenie odsunúť. Podkysnuté pečivá prikryjeme potravinovou fóliou a môžeme ich uskladniť v chladničke do druhého dňa.). Pred pečením ich postriekame vodou, posypeme hrubozrnnou soľou, môžeme ich narezať a dáme ich piecť na 180 stupňoch asi 25-30 minút do hneda. Najlepšie chutia čerstvé.

Ingrediencie

- **Bezgluténová múka Promix Beta 500 g** - 500 g
- **Pitná voda nesýtená** - 400 g
- **Olej slnečnicový** - 36 g
- **Droždie 7 g** - 7 g
- **Sóda bikarbóna 15 g** - 30 g
- **Jedlá soľ** - 10 g
- **RAJO Laktofree jogurt smotanový biely 145 g** - 36 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO
CELIATICA.SK
VÁŠ ZOZNAM ONLINE