

TELJES KIÖRLÉSŰ CUKORMENTES ALAPTÉSZTA ÉDES KELTEKHEZ

GÁBOR A HÁZIPÉK

A tészta összetétele:

- **KBL220 Kecskeméti teljes kiőrlésű királybúzaliszt: 400g**
- **(Egyéb teljes kiőrlésű búzaliszttal helyettesíthető)**
- **Friss élesztő: 20g, vagy szárított: 5,6g**
- **Só: 4g**
- **Dia-Wellness cukorhelyettesítő: 12g**
- **Tojás: 1db**
- **Vaj/Margarin: 50g**
- **Tej: 160-170ml**



Fonott kalácsok esetén ajánlom a 160ml tej mennyiség használatát, egyéb édes pékáruk esetében pedig lehet 170ml tejet használni a tészta jobb nyújthatósága érdekében. Természetesen a folyadékfelvétel liszt függő, úgyhogy ajánlom az első készítésnél erre tekintettel lenni. A tésztát lehet ízesíteni narancs, vagy citrom héjával, vagy vaníliarúd kikapart magvaival.

A tészta érési ideje átlagosan 30 és 50 perc közé tehető a dagasztást követően, a formázás előtt.



VIDEÓ ITT!



**PRÉMIUM LISZTEK
MAGYAR CSALÁDELLÁTÓ**

A recept prémium minőségi kiviteléhez szeretettel ajánlom a Magyar Családeellátó KBL220 kecskeméti teljes kiőrlésű királybúzalisztjének a használatát!

<https://gaborahazipek.hu/>