

KEFIRES ZSEMLE



Az előtészta összetétele

- **BL80 Kecskeméti kerecsen világos búzaliszt: 100g**
- **Friss élesztő: 1g, vagy szárított: 0,28g**
- **Víz: 55ml**

A főtészta összetétele

- **Előtészta: teljes mennyiség**
- **BL80 Kecskeméti kerecsen világos búzaliszt: 125g**
- **BL65 Kecskeméti kende búzaliszt: 225g**
- **Friss élesztő: 9g, vagy szárított: 2,52g**
- **Só: 12g**
- **Napraforgóolaj: 15g**
- **Kefir: 200g**
- **Víz: 35ml**

A recept minőségi kivitelezéséhez szeretettel ajánlom a bemutatott prémium lisztek használatát, de ettől függetlenül a recept jól működik egyéb gyártók azonos jelzésű lisztjeivel is, illetve a BL65 lisztet akár BL55 finomliszttel is lehet pótolni.

Az elkészítés menete

1. Előtészta készítése
2. Előtészta érése: 9-12 óra
3. Tészta dagasztása a zsiradék utólagos hozzáadásával
4. Tésztaérés: 50 perc

5. A tészta osztása 350g-os és 410g-os darabokra, majd az elosztott tésztadarabok gömbölyítése
6. Pihentetés: 15 perc
7. A zsemlék elkészítése a videóban bemutatott technika alapján
8. Kelesztés: 35-50 perc
9. A zsemlék liszttel való szitálása, a mintavágások megejtése
10. Sütés: 230C°-os gőzzel telített légterű, alsó-felső sütési módba állított sütőbe kell behelyezni, majd 5 perc eltelte után a hőmérsékletet 200C°-ra csökkentve kell a gőzös légterben tovább sütni kb. 7-8 percig. Ezt követően a sütést a gőzképzés megszüntetésével további 10-12 perc múltán fejezzük be. Így a teljes sütési idő kb. 23-25 percre tehető.

A recept további pontos részleteit a videós bemutatás tartalmazza!



A recept prémium minőségi kiviteléhez szeretettel ajánlom a Magyar Családe llátó [BL80 kecskeméti kerecsen világos búzalisztjének](#) és a [BL65 kecskeméti kende búzalisztjének](#) a használatát!

<https://gaborahazipek.hu/>