

Tönkölybúzas veknik

Ellenállhatatlan tészta különlegesség

kb. 4 darab



Kis gyakorlat szükséges

up to 20 Min.



Hozzávalók:

A kelt tésztához:

- 500 g Tönkölybúza liszt
- 1 tasak Dr. Oetker Instant Élesztő
- 1 pohár tejföl (20%-os, 150 g)
- 2 ek. olívaolaj
- 1 teáskanál só
- 2 teáskanál cukor
- 1 teáskanál majoránna
- 1 teáskanál kakukkfű
- 200 ml meleg víz

Ezenkívül:

- Tönkölybúza liszt

1 Elkészítés:

A tepsit (kb. 30 x 40 cm) sütőpapírral béleljük, a sütőt előmelegítjük.

2 Elkészítés:

A tésztához a lisztet az élesztővel elkeverjük, és egy keverőedénybe szítáljuk. Hozzáadjuk a többi hozzávalót és az egészet konyhai robotgéppel (dagasztó spirál) kezdetben alacsony, majd legmagasabb fokozaton 5 percig keverve sima tésztává dagasztjuk. A tésztát letakarva, meleg helyen kelni hagyjuk (kb. 1 órát), amíg szemmel láthatóan megnő. A tésztát lisztezzük, a keverőedényből a munkafelületre fordítjuk. Újból lisztezzük, majd 4 egyenlő nagyságú részre osztjuk. A szeleteket megfogjuk a végeiknél és többször megcsavarjuk, míg egy kb. 20 cm hosszú veknit nem kapunk. A vekniket a tepsibe fektetjük, meleg helyen 20 percig ismét kelni hagyjuk. A tepsit a sütő középső részébe toljuk, és a vekniket megsütjük.

Alsó és felső sütés: kb. 240 °C

Légkeveréses: kb. 220 °C

**Sütési beállítás: Középre
sütés: kb. 10 Perc(ek)**



10 perc után a sütési hőmérsékletet csökkentjük, és a vekniket készre sütjük.

Alsó és felső sütés: kb. 180 °C

Légkeveréses: kb. 160 °C

Sütési beállítás: Középre

sütés: kb. 25 - 30 Perc(ek)

Sütés után a vekniket sütőrácson hagyjuk kihűlni.

recipe.tip.from.the..

- A megsült vekni lefagyasztható. A fűszerek ízlés szerint variálhatók.

