

NajPečenie



Kysnutý závin s kapustou

Chutí nám všetkým v lete či v zime, nasýti, občerství, a má veľa vitamínov. Zjednodušte si prípravu fotopostupom.

Potrebuje:

kapusta
a

0,7 liter	mlieko vlažné
1 ks	droždie
1 lyžica	múka hladká
1 lyžica	cukor krupicový
1 kg	múka hladká špeciál
180 g	Palmarín
štipka	soľ
	slanina
2 liter	smotana kyslá

Postup:



Urobíme kvások a necháme chvíľu pokysnúť.



Kvások pridáme do plastovej nádoby k 1 kg hladkej múky špeciál, 180g Palmarinu, štipku soli a vymiešame na vláčne cesto. Necháme kysnúť 1 hod.



Medzitým si speníme nakrájanú údenú slaninku. Pridáme 2 balenia kyslej kapusty, podusíme a podlejeme vodou. Dusíme až kým sa voda neodparí. Necháme vychladnúť. Vykysnuté cesto dáme na dosku, rozdelíme na 4-5 častí, rozvalkáme. Plníme kapustou a ukladáme na olejom pomastený plech. Chvíľku ešte necháme pokysnúť.

NajPečenie

<i>Celkový čas prípravy:</i>	30 min.
<i>Čas pečenia:</i>	30 min.
<i>Teplota pečenia:</i>	190 °C
<i>Náročnosť prípravy:</i>	ľahké
<i>Počet porcií:</i>	-



Pred pečením potrieme olejom s vodou v pomere 1:1 a posypeme slnečnicovými jadierkami.
Pečieme vo vyhriatej rúre 45 min. na 180-200 stupňoch.



Po upečení znovu potrieme olejom s vodou. Vychladnuté pokrájame.