

FEHÉRKENYÉR RUDACSKÁK



Hozzávalók:

- 250 g Mevalia Bread Mix
- ¼ kanálnyi só
- 1½ kanálnyi szárított élesztő
- 1 leveles kanálnyi olívaolaj
- 300 ml langyos víz
- 1 kanálnyi olívaolaj a megkenésre

Az elkészítés menete:

1. Egy nagy tálban keverje össze a Mevalia Bread Mix-et, sót és az élesztőt.
2. Adjon hozzá 1 evőkanálnyi olajat és vizet, majd néhány percig konyhai elektromos mixerrel keverje.
3. Olajjal kenjen ki 2-3 lapos sütőtepsit.
4. A kenyértésztából készítsen rudacskákat.
5. A maradék olajjal a rudacskákat kenje be, lazán takarja be és meleg helyen hagyja 20 percet pihenni.
6. A sütőt forrósítsa fel 200 °C / 180 °C-ra.
7. A kenyérrudacskákat kb. 10 percig süsse, míg azok nem lesznek világosbarna színűek.
8. Vegye ki a sütőből és hagyja kihűlni.
9. Kiválóan alkalmas lefagyasztásra is.

Ajánlás:

A tésztakeveréket megfelelően az egyik feléből egy kenyércipót is készíthetünk. Amennyiben a kenyér ízén változtatni szeretnénk, adjunk a tésztához felszeletelt szárított paradicsomot, zöld vagy fekete olívát.

A teljes mennyiség

Energia - 1 156 kcal

4,2 g fehérje

160 mg Phe