Bulky s Jihočeským cottage sýrem



1,5 hodiny náročnost ●●●○

Těsto inspirované houskami kytičky podle Josefa Maršálka s trochou bílkovin. Houstičky jsou díky Jihočeskému cottage jemné, mají bohatou strukturu, jsou více vláčné a vypečené.

Ingredience

400 g bezlepkové mouky (Radka Vrzalová doporučuje Schär mix B) + na posypání
10 g soli + 5 g kypřícího prášku bez lepku
5 g cukru krupice
15 g čerstvého droždí
150 g jihočeského Cottage sýra bez laktózy + 280-300 g teplé odstáté vody
30 g rozpuštěného sádla
kmín + na potření lžička rozpuštěného sádla v 2 lžících teplé vody

plech, pečící papír

Návod na přípravu:

Mouku promícháme se solí a kypřícím práškem, uprostřed uděláme důlek, do něho vsypeme cukr a na něj rozdrobíme droždí a přidáme Cottage sýr i se smetanou z kelímku a teplou vodu. Rukou vyhněteme lesklé polotuhé těsto. Necháme v uzavřené míse 60 minut kynout (mísu s těstem můžete zavřít do nezapnuté trouby). K vykynutému těstu přidáme rozpuštěný tuk a pořádně zapracujeme. Kartou nebo nožem rozdělíme těsto na lehce podsypané ploše na 8 stejných dílů. Vlhkýma rukama (můžeme si je potřít i lehce rozpuštěným sádlem) vytvarujeme 8 bulek, které necháme ještě 5 minut odpočinout na plechu s pečícím papírem. Pak je lehce přetřeme vodou se sádlem a posypeme kmínem nebo mákem.
Pečeme v rozpálené troubě na 240 stupňů bez zapaření cca 15-17 minut. Po upečení housky přendáme na mřížku a necháme vychladnout. Zabalené v alobalu vydrží dobré tři dny.

Nechce se inspirovat a koukněte na další báječné bezlaktózové recepty od Radky Vrzalové.