

Bagety s vlašskými ořechy

Kategorie: [Ostatní](#)

Autor: Bmilinka1991



Suroviny

Porce: 5

- Třtinový cukr 2 lžička
- Instantní droždí 7 g
- Olivový olej 60 ml
- Hladká mouka, prosátá 300 g
- Celozrnná chlebová mouka, prosátá 150 g
- Dýňová semínka 2 lžíce
- Slunečnicová semínka 2 lžička
- Vlašské ořechy, opražené 185 g
- Sůl - dle chuti 1 lžička
- Máslo, rozpuštěné 20 g

Doba přípravy: 190 min

Obtížnost: Středně obtížné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Počet porcí: 5

Postup:

Troubu předehřejte na 200°C. Smíchejte cukr, droždí a 125 ml vlažné vody ve velké míse. Zakryjte a na teplém místě nechte 10-12 minut stát.

Vmíchejte olej a dalších 165 ml vlažné vody. Přidejte obě mouky, dýňová semínka, 1 lžičku slunečnicových semínek, ořechy a 1 lžičku soli a promíchejte vařečkou. Pak hněťte na lehce pomoučené ploše asi 5 minut do hladkého elastického těsta. Přendejte do čisté mísy, přetáhněte potravinářskou folii a nechte na teplém místě 2 hodiny kynout, aby těsto zdvojnásobilo svůj objem. Pak lehce prohněťte, přepůlte a z každé půlky vyválejte bagetu. Obě dejte na plech, po celé ploše do

nich udělejte řezy, potřete máslem a posypte zbylými semínky. Pečte asi 40 minut dozlatova.