

Bułki z ziarnami słonecznika



MARTAFWKUCHNI



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

- 150 g słonecznika łuskanego
- 100 g mleka w proszku
- ciepłej i przegotowanej wody 100 g
- 2 łyżki masła
- 2 łyżki cukru
- łyżeczki soli
- 2 szklanki mąki
- 6 g świeżych drożdży
- 1 żółtko do posmarowania
- 1 łyżka mleka
- jajko 1 szt.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Mleko w proszku rozrabiamy z wodą, mieszamy do chwili połączenia się, dodajemy masło oraz cukier oraz pokruszone drożdże. Łączymy ze sobą składniki i odstawiamy na 10 minut. Do miski wsypujemy mąkę, dodajemy 1 całe jajko, sól, słonecznik (garść ziaren pozostawiamy do posypania bułek), dodajemy wcześniej przygotowany roztwór i zagniatamy ciasto do momentu aż stanie się miękkie i elastyczne.
- KROK 2 Wyrobite ciasto przykrywamy ścierką i odstawiamy na 40 minut do wyrośnięcia.

- KROK 3 Gdy ciasto wyrośnie formujemy 10 bułeczek. Najpierw tworzymy kulkę, którą następnie spłaszczamy. Blachę wykładamy papierem do pieczenia i układamy bułki, przykrywamy ściereczką i odstawiamy do wyrośnięcia na 20 minut. Gdy bułeczki wyrosną, smarujemy je z żółtkiem połączonym z 1 łyżką mleka a następnie posypujemy ziarnami słonecznika.
- KROK 4 Tak przygotowane bułki wstawiamy do nagrzanego piekarnika do 200 stopni i pieczemy przez ok. 20 minut do momentu zarumienienia.