Bezlepkové rohlíky ze Schär MIX-B

200g Schär MIX-B
5 g psylia (jedna větší odměrka nebo rovná lžíce - tablespoon)
10 g pohankové mouky (jedna větší odměrka nebo rovná lžíce - tablespoon)
špetka chlebového koření
5g sůl (dávám tu mrňavou mocca lžičku)
1 polévková lžíce oleje
1/4 balíčku kvasnic
220ml voda
Cukr do zákvasu
Jizerka na vál
Sádlo (rozpuštěný) + „pírko“ či „mašlovačka“.

(Odměrka je od pekárny - 4,5ml - teaspoon a 14,5ml tablespoon)

POSTUP
Připravíme si všechny potřebné složky

Těsto se musí zadělat tím zákvasem, promíchat vařečkou, přidat olej a asi 3 minuty hnětat hnětačem. Potom se popráší vál (Jizerkou), těsto taky, vyklopí se to a to lepivý se ještě taky popráší (s úspěchem používám cedník). Pak z toho udělám rukama válec a rozdělím na osm stejných kousků. Každý kousek hnětám v dlaních až začne "lepit" - potom trochu popráším, případně i vál a vyválím váleček.
Dám do formy (sešupnu ho se stolu rovnou do formy) a pomastím sádlem, (během kynutí zopáknu).

Jde dělat i pletýnky a "jidáše" - vhodné když není forma.

PEČENÍ
Používám horkovzdušnou troubu. Nechávám to kynout v troubě na 40°C (asi 25 minut) až to má skoro požadovaný tvar. Potom nastavím termostat asi na 170°C. Troubu nepředehřívám- nechám „vyběhnout“ z těch 40°C. Peču to asi 25 minut. Uprostřed pečení je možno ještě opatrně pomastit, případně nařídnout. Veky peču o pět minut déle.

Na fotkách je použito dvojnásobné množství. Pro začátek doporučuji jen tu výše uvedenou dávku - kyne to „pod rukama“.

Pečení zdar.
F.
Poznámky: neosvědčilo se mně potírání slanou vodou ani olejem „sádlo je sádlo“ (při kynutí se to „netrhá“). Asi pět minut před koncem pečení je doporučováno potřít bramborovým škrobem rozmíchaným v troše vody - to se mně taky neosvědčilo.
Při potřebě veky na chlebíčky je potřeba udělat veky kratší a péct trochu déle - 30 min. a potom ještě asi 10 min. nechat v troubě „dojít“ - termostat stáhnout na cca 100°C.
(formy na „srnčí hřbet“). Já používám „korýtka“, široká asi 8cm a dlouhá 40cm.

Dodatek. Recept jsem sestavil na základě zkušeností s jinými recepty a svých vlastních zkušeností - pokusů a omylů. Nečiním si na něj žádná „autorská práva“. A pokud někomu nevyhovuje, je jen na něm, jestli ho bude používat nebo ne.