

Proč "svačínovky"? Protože se dají jen tak přikusovat k čemukoliv, prokrojené obložit vším, co máme rádi, a také pokrájet na plátky-malé roztomilé krajíčky-minichlebičky-dvoj až trojhubky ;-)

na 8 opravdu velkých bulek potřebujeme:

400 g žitného rozkvasu (2 polévkové lžíce žitného kvásku, 220 g vody, 180 g žitné celozrnné mouky rozkvasit cca 8 až 12 hodin předem)

100 g kaše nebo zápary (z 40 g vícezrnných vloček (Lidl) a 60 g vroucí vody)

200 g vlažné vody

2,5 lžičky soli

2 lžičky drceného kmínu

300 g hladké pšeničné mouky

140 g špaldové chlebové mouky (Lidl)

140 g pšeničné chlebové mouky

1/6 kostky čerstvého droždí (asi 7 g)

1 lžička cukru (cukrového sirupu, medu či melasy)

sůl na posyp

Nejprve si připravíme půlden dopředu rozvas, pak cca hodinu před mícháním těsta záparu/kaši a pak už stačí vše postupně nandat do pekárny či robota (rozkvas, tekutiny a ostatní suroviny, nakonec droždí s cukrem), nechat pořádně (10 min) propracovat.

Záparu zvládneme velmi snadno: Vroucí vodou zalijeme vločky, rychle zamícháme a necháme za občasného promíchání vychladout. Já většinou odeberu 100 g běžně vařené neslazené kaše z vloček s mlékem, protože vločkovou kaši jím a vařím často. (O důvod víc si kaši uvařit a zbývající/nepotřebnou do těsta sníst...)

Cca hodinu necháme těsto v teple vykynout na asi dvojnásobný objem. Na lehce pomoučené ploše rozdělíme na 8 dílů a vytvaruje podlouhlé bulky. Necháme je opět nakynout. Pozor, mají tendenci hodně narůst i při pečení, tak mezi nimi nechte dostatečnou mezeru. Před pečením jednotlivé kousky lehce prokrojíme, orosíme a posypeme solí. Pečeme ve vyhřáté troubě asi 15 minut na 250 °C.