



Rusko

RUSKÉ PKU PIRÔŽKY



NA
23
PIRÔŽKOV

SUROVINY:

Na cesto:

- 450 g Mevalia Bread Mix
- 220 ml Mevalia Lattis
- 2 odm. Mevalia Egg Replacer + 40 ml vody
- 40 g masla
- 10 g sušeného droždia + 100 ml teplej vody
- 20 g cukru
- 1 čajová lyžička soli

Na zemiakovú náplň:

- 100 g Mevalia Potato Puree
- 200 g šampiňónov
- 80 g cibule
- 30 g slaniny
- 30 g masť
- čierne korenie, soľ

Na zelnou náplň:

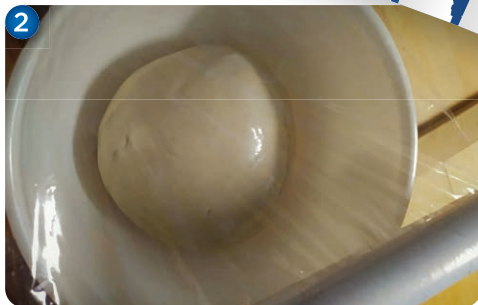
- 300 g hlávkovej kapusty
- 80 g cibule
- 10 g sušených húb
- 30 g masť
- čierne korenie, soľ

	PHE	Bielkoviny	Energia
Celá dávka: cesto	288 mg	6,7 g	2 146 kcal
Celá dávka zemiaková náplň	481 mg	14 g	977 kcal
Celá dávka kapustová náplň	284 mg	9 g	383 kcal
Jeden pirôžtek so zemiakovou náplňou	33 mg	0,9 g	135 kcal
Jeden pirôžtek s kapustovou náplňou	26 mg	0,7 g	109 kcal

POSTUP:



V menšom hrnci zohrejeme **Mevalia Lattis** a vodu na 30–40 °C, pridáme sušené droždie, zmes premiešame a necháme vykvasiť kvások. Vo väčšej miske zmiešame múku, cukor a soľ. Pridáme rozpustené maslo, kvások a vaječnú náhradku. Premiešame a na doske vypracujeme cesto.



Cesto preložíme do misy a prekryjeme potravinárskou fóliou. Na teplom mieste ho necháme 1,5 až 2 hodiny kysnúť. Medzitým si pripravíme náplne.



Zemiaková náplň: Privedieme k varu 300 ml vody, pridáme **Mevalia Potato Puree**, premiešame a odstavíme z ohňa. Vznikne hustá zemiaková kaša. Na panvici rozškvaríme slaninu, pridáme masť a cibuľu. Cibuľu opražíme dozlata, pridáme šampiňóny a zľahka opražíme. Šampiňónovú zmes premiešame so zemiakovou kašou a necháme vychladnúť.



Kapustová náplň: Na masť necháme zosklovať cibuľu, pridáme huby a kapustu pokrúpanú na kocky. Zmes pražíme domäkka.



POSTUP:



Z vykysnutého cesta vypracujeme asi 23 guličiek, prikryjeme potravinárskou fóliou a necháme ešte niekoľko minút odpočinúť.



Guličky cesta rozvalkáme do oválneho tvaru tenkého asi 2 milimetre. Na placku dáme zmes a po obvode potrieme vodou. Spojíme dva protiľahlé konce a vytvárame pirôžtek.



Pirôžky rovnáme na vysypaný plech a necháme ešte cca 20 minút kysnúť. Pred pečením ich potrieme Mevalia Lattis. Pečieme v predhriatej rúre na 180 °C 10-15 minút.



Teplé pirôžky potrieme maslom.

TIP: Ešte neupečené pirôžky možno zamraziť.

PKU Maestro Vám praje dobrú chuť!