



Пирожки - лодочки с яблоками



На 334 г	Калории 682	Белки 21.5	Жиры 8.0	Углеводы 130.4
----------	----------------	---------------	-------------	-------------------

На 100 г	Калории 204.3	Белки 6.4	Жиры 2.4	Углеводы 39.0
----------	------------------	--------------	-------------	------------------

Ингредиенты

Мука - 130 граммов
Сыворотка - 30 граммов
Яйцо - 50 граммов
Сахар - 5 граммов
Дрожжи хлебопекарные сухие быстродействующие - 3 грамма
Яблоки - 150 граммов
Сахар - 15 граммов
Корица - 1 грамм

Процент потерь по массе: 66.6 %

Описание

Яйцо разбить, перемешать, 1 ч.л. оставить для смазывания. Муку просеять, в теплую сыворотку положить сахар, сухие дрожжи, дать набухнуть. Смешать муку, сыворотку, яйцо. Замесить тесто, дать подняться. Разделить на 4 или 6 частей. Раскатать кружочками, в центр кладут по 26-27 г или 38 г на более крупные булочки, мелко нарезанных яблок с сахаром, и корицей. По бокам кружков сделать внутренние надрезы и свернуть один конец в другой, переплетая тесто. Уложить на смазанный маслом или посыпанный мукой противень. Дать настояться, смазать оставшимся яйцом или льезоном. Выпекать при 170 20 минут.

Инструкция по приготовлению

© 2013-2025 Береги фигуру
Все права защищены
Распечатано с сайта beregifiguru.ru