

Makový závin



Obtížnost:

Čas přípravy: 3h 0min , Čas vaření: 1h 0min
Celkový čas: 4h 0min , Porce: 8

5799 kalorií , **54 g** cukrů , **307 g** tuků , **121 g** bílkovin

Autor: Zuzana Mellenová

Odkaz: <https://srecepty.cz/makovy-zavin>

Příprava

Připravíme si kvásek z vlažného mléka, droždí, lžíce cukru a lžičky mouky. Necháme jej vzejít, vykynout. Mouku prosejeme, přidáme špetku soli, cukr, vejce, vzešlý kvásek a nakonec rozehrátý tuk. Vše zpracujeme v těsto a necháme na teplém místě kynout. Mezitím si připravíme makovou nádivku: mák uvaříme se všemi přísadami (100 g cukru moučka, lžíce medu, 400 ml mléka), nakonec přidáme rum. Vykynuté těsto rozválíme na plát, potřeme makovou nádivkou, svineme, položíme na vymazaný nebo pečícím papírem vyložený plech a necháme ještě chvíli kynout. Před pečením potřeme závin rozšlehaným vejcem a v mírné troubě pak pečeme cca hodinu.

Ingredience

- ✓ 250 ml vlažného mléka
- ✓ 500 g polohrubé mouky
- ✓ 200 g Hery
- ✓ 120 g cukru moučka
- ✓ 40 g droždí (kvasnic)
- ✓ 1 lžíce cukru krupice
- ✓ 1 špetka soli
- ✓ 2 ks vajec
- ✓ 100 g cukru moučka
- ✓ 1 lžíce včelího medu
- ✓ 400 ml mléka
- ✓ 300 g máku
- ✓ 1 lžíce rumu

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Klasika, Rodina, Moučník