

Detské špaldové bagetky

Jednoduché / Od 1 ½ roku

350 g hladkej špaldovej múky
160 g vlažnej vody
1,5 lyžice kvásku (60 g)
3/4 čl soli (3 g)
1 čl oleja

1. Všetky ingrediencie spolu zmiešame a miesime 5 – 10 minút. Vytvarujeme bagetky, ktoré necháme kvasiť vo formách. Ak chceme bagety s veľkými okami, cesto počas kvasenia niekoľkokrát premiesime a až následne dáme do foriem vykvasiť.

- Po vykvasení urobíme do cesta zárezy a dáme piecť na 200°C na 10 minút a následne stiahneme teplotu na 175°C na 10 – 15 minút.
- Po dopečení vyklopíme z formičiek a necháme vychladnúť.

Tip: Ak chcete mať bagetky chrumkavé, pečte najprv na 230°C a následne stiahnite teplotu na 200°C. Pre malé deti sú lepšie menej chrumkavé. I zdravšie.



Detské tyčinky s cviklou kvasené jogurtom

Jednoduché / Výborné do rúčky Od 1. roka



200 g bielej hladkej špaldovej múky
+ 2 lyžice navyč
150 g bieleho jogurtu
80 g masla
80 g nastúhanej uvarenej červenej repy
2 čajové lyžičky bezfosfátového prášku do pečiva
drvená rasca
vajičko na potretie
štipka soli
syr pecorino alebo parmezán

- Múku vymiesime s jogurtom a necháme v prikrytej nádobe kvasiť 12 – 24 hodín.
- Rúru rozohrejeme na 175°C.
- Pridáme najemno nastrúhané maslo, uvarenú červenú repu, 2 lyžice múky navyč. Premiesime.
- Cesto rozvalkáme a nožíkom krájame pásiky, ktoré rolujeme do formy valčekov.
- Valčeky potrieme vajíčkom, posypeme rascou a syrom.
- Pečieme 22 – 25 minút. Pre malé deti čo najkratšie. Chutnejšie sú však tie, čo sa pečú dlhšie.

Tip: Namiesto cvikly a syra môžete použiť 80 g bryndze. Ak chcete výraznejšiu bryndzovú chuť, pridajte 120 g bryndze.