Integralne kupus kifle

težina: **srednje**

za: **6** osoba

vreme pripreme: **100** min

Sastojci

Potrebno je:

- **1 kg**integralnog brašna
- **500 ml**vode
- **50 ml**mleka
- **100 ml**ulja
- **2 kašicice**soli
- **1 kašicica**šecera
- **2 struka**praziluka
- **300 g**sitnog sira

Priprema

Staviti kvasac u mlako mleko sa kašicicom šecera da uskisne. U posudu za mešenje staviti brašno, so, ulje i vodu. Dodati nadošli kvasac pa umesiti testo. Ostaviti testo na toplom mestu da naraste.

Kada testo naraste razviti ga u što veci krug. Praziluk iseckati pa ga propržiti na malo ulja tek toliko da omekša. Onda ga pomešati sa sitnim sirom. Rasporediti nadev preko testa pa ga uviti u rolat.

Zatim uzeti jednu tacnicu najbolje ovako metalnu, a može i keramicka ako ima tanje ivice. Pomocu tacne iseckati testo na trouglove da izgledaju kao "kupus" kifle. Poreati ih u tepsiju i ostaviti da odmore još 15 minuta. Onda ih staviti u zagrejanu rernu da se peku oko 30 minuta.

Savet