

# Celozrnná vánočka



Na závěr adventní inspirace pro vás máme recept na královský pokrm – vánočku. To je ale jen startovní čára. Ten pravý závod začíná při její přípravě – správné a dlouhé kynutí, pletení, pečení, skladování... to vše je mnohem důležitější. Proto pro vás máme navíc několik důležitých tipů, se kterými tu dokonale vláchnou a chuťově skvělou vánočku opravdu upečete. Dejte jí hlavně čas...

**Porce:** na 1 vánočku

**Doba přípravy:** 40 min + 1 hod 50 min na kynutí + cca 50 min pečení

**Označení:** Vhodné pro vegetariány.

## Ingredience

- 300 g celozrnné pšeničné mouky
- 200 g celozrnné špaldové mouky
- 100 g ghí
- 100 g javorového sirupu
- 2 vanilkové cukry (40 g)
- 200 ml sójového mléka
- 2 čerstvá vejce + jedno vejce na omašlování
- 1 kostka droždí
- 50 g rozinek naložených v rumu, okapaných
- 2 g sušené BIO citrónové kůry
- 30 g mandlových plátků na ozdobu

## Postup

1. Nejprve si připravte kvásek z kostky droždí. Do malé misky vlijte trochu vlažného mléka, přidejte lžici cukru a lžici mouky, a nakonec rozdrobte droždí. Nechte na kamnech 20 min vzejít.
2. Do větší mísy prosejte obě mouky, přidejte kvásek, a nakonec všechny zbylé ingredience, až na mandle a rozinky. Těsto dokonale prohnětte, a nakonec vmíchejte rozinky. Když se již těsto nelepí na vařečku, přeneste ho na vál a ještě cca 5 minut propracovávejte, pak nechte na teple vzejít cca 1 hodinu. Těsto nezapomeňte přikrýt utěrkou.
3. Vykynuté těsto si přendejte na vál a rozdělte ho na 9 kusů, které vyválíte do pramenů a spleťte je do vánočky (4 naspod, cop ze 3 na to, a nakonec 2 navrch).

4. Takto připravenou vánočku ještě nechte půl hodiny kynout na plechu. Mezitím si předeheřte troubu na 200 °C. Před vložením do trouby vánočku potřete rozšlehaným vejcem a posypte nakrájenými mandlemi.
5. Pečte prvních 10 min na 200 °C, poté snižte teplotu na 120 °C a pečte asi dalších 35-45 min – velmi závisí na typu trouby. Pečte do zlatova a ke konci zkontrolujte špejlí.

### **Rady, jak na dokonalou vánočku**

Na trhu je k dostání hned několik druhů droždí. Pracujte jen s tím, které máte vyzkoušené. Do vánočky nedoporučuji používat droždí sušené, které není tak „silné“ jako to čerstvé. Droždí vždy vyndejte alespoň hodinu předem a nechte ho dosáhnout pokojové teploty. Kvasinky potřebují teplo. Pokud přidáte vychlazené droždí do studeného mléka, budou nejdříve pěkně ochromené, a až po nějaké době začnou spolupracovat. Kváskem si také ověříte, že opravdu fungují.

Těsto hnětte až do doby, než vám začne padat ruka :). Pokud máte robota, pak ho nechte pracovat alespoň 10 minut. Hnětením se vytváří dokonalá polymerová síť mezi jednotlivými lepkovými vlákny, vhání se do těsta vzduch a tekutina, a vše začíná krásně spolupracovat. To je základem pro vláchnou konzistenci a také rovnoměrné kynutí. Dejte vánočce dostatečný čas na kynutí i na plechu, tento krok poskytne zapletené vánočce odpočinek a čas pro nastartování dalšího kynutí za vyšších teplot.

Citróny, které jsou běžně k dostání v obchodech, jsou naprosto nevhodné pro strouhání do těsta. Doporučuji proto koupit sušenou BIO citrónovou kůru, která je mnohem zdravější alternativou. Nechceme si přece do vánočky strouhat chemické postřiky, že?

Mouku do mísy opravdu prosejte, aby získala na vzdušnosti. Můžete také přidat maličko kypřicího prášku. Celozrnná mouka je totiž mnohem těžší a více saje vodu než klasická pšeničná mouka. Nebojte se tedy podle potřeby přidat ještě trochu rostlinného mléka navíc.

Na internetu je mnoho videí a popisů, jak správně vánočku zaplést. Inspirujte se, anebo si třeba najděte vlastní způsob, pohrajte si s ní. Nebojte se pomoci si párátky, které vánočku stabilizují.

Pečení vánočky by měla být radost, užijte si to. Vyšetřete si dostatek času a nespěchejte! :)

- autor: Michaela Bebová
- [www.biochemicka.cz](http://www.biochemicka.cz)
- zdroj fotky: Shutterstock.com