

Valašské frgále

VALAŠSKÉ FRGÁLE

Počet porcií: 2 ks

Čas prípravy: 150 minút

Zoznam surovín na cesto:

250 g Múka pšeničná hladká

125 ml Mlieko plnotučné

62,5 g Margarín

40 g Cukor práškový

25 ml Olej stolový

21 g Droždie FALA

5 g Cukor kryštál

3 g Citrónová kôra

3 g Soľ

1 ks Vaječný žltok

Zoznam surovín na náplň:

Maková náplň

220 g Mak mletý

100 ml Mlieko

90 g Cukor kryštál

10 g Cukor vanilkový

Orechová náplň

100 g Orechy mleté

80 g Cukor práškový cukor

70 ml Mlieko

10 g Cukor vanilkový

200 g Ríbezl'ová marmeláda

Posýpka na Frgály :

80 g Múka pšeničná hrubá

50 g Cukor kryštál

50 g Margarín

20 g Cukor práškový

Zoznam surovín na polevu:

60 g Margarín

35 g Cukor kryštál

40 g Rum

6 g Cukor vanilkový

Na potieranie cesta:

1 ml Mlieko

1 ks Vajce

Postup prípravy:

Pripravíme si kvások z vlažného mlieka (teplota cca 30 °C), kryštálového cukru a droždia. Necháme ho nakysnúť cca 10 minút. Zmiešame preosiatu múku, soľ, cukor práškový, citrónovú kôru a potom pridáme nakysnutý kvások a žltok. Miesime najprv pri nižších otáčkach 10 minút, potom pridáme zmäknutý margarín a olej a miesime na rýchlejších otáčkach cca 5 minút. Vymiesené hladké cesto necháme zrieť zakryté pri izbovej teplote jednu hodinu.

Počas kysnutia si pripravíme náplne, posýpku a polevu. Maková náplň – mlieko s cukrom prevaríme, pridáme mak a ešte všetko spolu povaríme cca 5 minút. Orechová náplň – mlieko s cukrom prevaríme, pridáme orechy a ešte všetko spolu povaríme cca 5 minút. Posýpka – zmiešame všetky suroviny spolu s nastrúhaným stuhnutým margarínom. Poleva – zmiešame všetky suroviny.

Nakysnuté cesto rozdelíme na dva 250g bochníky, ktoré rozvaľkáme na kruh o priemere 30-32 cm. Na každý kruh pridáme náplň podľa chuti. Náplne rozotrieme rovnomerne po povrchu cesta, po obvode necháme asi 1cm okraj cesta nenatretý plnkou, ktorý potrieme rozšľahaným vajíčkom s mliekom. Koláč posypeme posýpkou a necháme ho 30 minút podkysnúť pri izbovej teplote. Pečieme v rozohriatej rúre pri teplote 200 °C cca 20 minút. Upečený Frgál necháme vychladnúť a potom povrch pokvapkáme pripravenou polevou.

Viac na našom [FB Pečenie nás baví](#)

