

חלה לשבת

קלוריות ספורות - 290 קל' ל-100 גרם

מרכיבים:

- 1 ק"ג קמח מנופה
- רבע כוס (50 גרם) סוכר
- רבע כוס (60 מ"ל) שמן
- 1 כף שמרים יבשים
- 1 כף מלח
- 2 וחצי כוסות (600 מ"ל) מים
- ביצה טרופה + מלח + סוכר להברשה

הכנה:

1. מערבבים את כל החומרים מלבד המים כדקה (עד לאיחוד) במיקסר עם וו לישה.
2. יוצקים פנימה את המים ולשים במהירות בינונית כ-6-7 דקות, עד לקבלת כדור בצק.
3. מכסים את הקערה בניילון נצמד ומעליו מניחים מגבת. מתפיחים כ-45 דקות ובודקים את המצב - אם הבצק הכפיל את נפחו ממשיכים, אם לא, נותנים לו עוד רבע שעה.
4. קולעים את החלה בצורה הרצויה, מכסים את החלות המעוצבות במגבת ומתפיחים כחצי שעה או עד שהנפח כמעט מכפיל את עצמו והחלות מתעגלות יפה.
5. במקביל מחממים תנור ל-220 מעלות (או 200 בטורבו).
6. מברשים את החלות בביצה טרופה עם מלח וסוכר, מפזרים שומשום ואופים 25 דקות, או עד שהחלות אפיות וזהובות יפה. מכסים במגבת, מצננים לחלוטין ומגישים.
לא לבצוע/להגיש עד שמתקרר לחלוטין!