

# Tmavé kynuté knedlíky

Kategorie: chlebová směs bílá bez lepku,Homepage,Kynuté knedlíky, pizza, koláče

Tisk z webu: [www.dovesfarm.cz](http://www.dovesfarm.cz)

## TMAVÉ KYNUTÉ KNEDLÍKY

### Přísady:

320 g Free Doves Farm Chlebová směs tmavá bez lepku + lžíce do kvásku

1 lžičku soli

250 g vlažné vody

1 lžička cukru

1/3 kvasnic

### Postup:

- nejdříve si připravíme kvásek: do vlažné vody rozmícháme lžičku cukru, lžící mouky a rozdrobíme kvasnice
- přikryjeme a necháme kvásek vzejít (cca 10 minut)
- zatím si navážíme mouku a přidáme sůl
- k mouce přidáme vzešlý kvásek a vypracujeme těsto (hnětacími metlami)
- těsto necháme v míse asi půl hodiny vykynout přikryté igelitem
- vykynuté těsto přendáme na moukou posypaný vál a rozdělíme na dvě poloviny, ze kterých vytvarujeme dva knedlíky (je potřeba dobře podsypávat moukou, případně jí trochu ještě zapracovat do těsta)
- knedlíky přikryté utěrkou necháme asi 10 minut vykynout
- knedlíky vaříme v páře: do hrnce si nachystáme trochu vody, kterou přivedeme k varu, poté vložíme pařáček vymazaný olejem nebo sádlem (po uvaření se knedlíky dobře odlepí) a opatrně na něj přendáme nakynuté knedlíky (knedlíky je dobré potřít olejem, aby se k sobě neslepily)

- přikryjeme poklicí a vaříme 20 minut
- po uvaření knedlíky vyndáme, propíchnáme špejlí, aby odešla pára a můžeme krájet (nejlépe nití, pokud jsou knedlíky horké)