

SÄMPYLÄT

(25 sämpylää)

SYDÄNMERKKI-
RUOKAOHJE

Tarvitset

- 6 desilitraa vettä
- 50 grammaa hiivaa
- 2 desilitraa kaurahiutaleita
- 2 desilitraa kauraleseitä
- ½ desilitraa rypsiöljyä
- 1 ½ teelusikallista suolaa
- 8–10 desilitraa hiivaleipäjauhoja



Raaka-aineet



vesi



hiiva



kaurahiutaleet



kauraleseet



rypsiöljy



suola



hiivaleipäjauho

Työvälineet



kattila (3 litraa)



desilitra (dl)



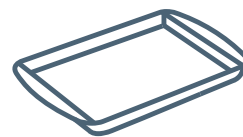
puuhaarukka



teelusikka (tl)



veitsi



2 uunipeltiä



leivinpaperi

Tee sämpylät näin

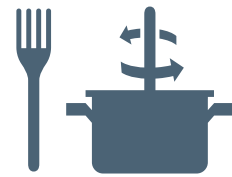
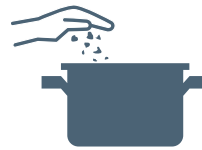
- 1 Mittaa **6 desilitraa vettä** kattilaan.



- 2 Lämmitä **vesi** liedellä kädenlämpöiseksi, **37 °C**. Lämpötila on sopiva, kun vesi ei tunnu käsin koskettaessa kuumalta tai kylmältä. Ota kattila pois liedeltä.



- 3 Murena **50 grammaa hiivaa** kattilaan. Sekoita puuhaarukalla.



- 4 Mittaa kattilaan **2 desilitraa kaurahiutaleita**.



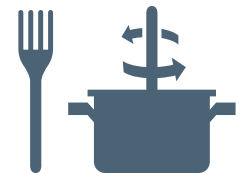
- 5 Mittaa kattilaan **2 desilitraa kauraleseitä**.



- 6 Mittaa kattilaan **½ desilitraa rypsiöljyä**.



- 7 Mittaa kattilaan **1 ½ teelusikkaa suolaa** ja sekoita puuhaarukalla.



- 8 Mittaa kattilaan **hiivaleipäjauhoja 8–9 desilitraa** ja sekoita käsin kunnes saat pehmeän ja kiinteän taikinan.



9 Peitä kattila pyyhkeellä ja anna kohota huoneenlämmössä **40 minuuttia**.



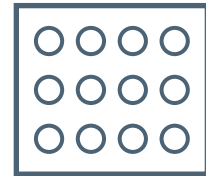
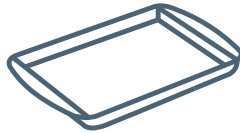
10 Kumoa taikina pöydälle, jossa on vähän **jauhoja**.



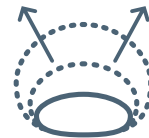
11 Leivo taikinasta tanko ja leikkaa se 25 osaan. Pyörittele palat sämpylöiksi. Käytä tarvittaessa apuna jauhoja.



12 Nosta sämpylät uunipellille leivinpaperin päälle. Jätä sämpylöiden väliin kohoamisvaraa.



13 Peitä sämpylät pyyhkeellä ja anna kohota **40 minuuttia**.



14 Paista sämpylöitä uunin keskiosassa, **225 asteessa 10–15 minuuttia**. Valmiit sämpylät ovat vaaleanruskeita.

225 °C

