

Vegán lila hagymás pogácsa

60 dkg félbarna liszt (de lehet gluténmentes lisztet is használni)

1 közepes fej lila hagyma apróra vágva

7 evőkanál hidegen préselt napraforgó olaj

1 púpozott kiskanál só

kb. 4 dl tiszta víz összesen

2 dkg élesztő (meg lehet próbálni bio sütőporral vagy szódabikarbónával, de akkor elég 2x keleszteni egy hajtogatással)

kenéshez: 0,5 dl víz + 1 kiskanálnyi rizsszirup

Megmelegítjük a vizet, az élesztőt elmorzsoljuk, 2 kiskanál liszttel együtt fél dl vízzel felöntjük, meleg helyen megduzzasztjuk. Egy tálba tesszük a többi hozzávalót, majd összedolgozzuk a masszát az felfutott élesztővel és a vízzel. Könnyen dagasztható tésztát kapunk. Egy órán keresztül meleg, huzat mentes helyen kelesztjük (lehet kelesztő tálba is tenni). Lisztezett deszkán szétnyújtjuk 1,5-2 cm-es vastagságra, majd meghajtogatjuk (balról középre, jobbról középre, tehát három réteg kerül egymásra, és a másik oldalról is ugyanúgy). Fél órát kelesztjük, majd újból szétnyújtjuk és újból hajtogatjuk. Megint fél órát kelesztjük. Lisztezett deszkán 1,5 cm-esre nyújtjuk és kiszúrjuk egy közepes pogácsa szaggatóval. Megkenjük a vízzel elkever rizssziruppal. Hőlégkeveréssel 200 fokon kb. 10-12 percig sütjük.