# 1. Dalamánky s Jihočeskou nivou



Dalamánky mají u nás tradici už od 18. století z dob rakouských válek vedené Marií Terezií. Tyto dalamánky nemohou být jak jinak než ze žitné mouky a jsou připravené s podmáslím, Jihočeskou nivou a fenyklem.

Ingredience:

- 350g špaldová hladká mouka
- 150g žitná celozrnná mouka
- 1 lžíce octu
- 10g sůl
- 1 lžička kmínu
- 1 lžička fenyklu
- 15g droždí
- 350g podmáslí
- 150g niva

Na dokončení:

- 50g semínka slunečnice
- 50g semínka dýně
- 1/2 lžičky fenyklu

## Návod na přípravu

Do podmáslí rozdrobíme drozdí, přidáme fenykl a kmín, ocet, obě mouky, rozdrobenou nivu, sůl a vypracujeme hladké, nelepivé těsto.

Těsto necháme překryté v teplém místě dobře nakynout, poté rozdělíme na 12 stejných kousků a na pomoučněném vále vytvarujeme šišaté dalamánky.

Necháme je na plechu s pečícím papírem dobře nakynout, potřeme vodou, posypeme směsí semínek a fenyklu a ve vyhřáté troubě při 180°C asi 10 -13 min. pečeme dozlatova.