



# Ψωμί με γάλα

20'

Χρόνος  
Εκτέλεσης

60''

Χρόνος  
Αναμονής

40'

Χρόνος  
Ψησίματος

8-10

Μερίδες

2

Βαθμός  
Δυσκολίας

## Μέθοδος Εκτέλεσης

- Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 200° C στον αέρα.
- Στον κάδο του μίξερ βάζουμε το γάλα, τη μαγιά, τη ζάχαρη και ανακατεύουμε με ένα σύρμα χειρός. Αφήνουμε το μείγμα για 30 λεπτά ώστε να ενεργοποιηθεί η μαγιά.
- Προσθέτουμε το αλεύρι και χτυπάμε στο μίξερ με τον γάντζο για 5 λεπτά μέχρι να έχουμε μία ελαστική ζύμη.
- Βάζουμε σε ένα **μπολ** 1 κ.σ. ελαιόλαδο, βάζουμε μέσα τη ζύμη και καλύπτουμε με μία διάφανη μεμβράνη. Αφήνουμε 1 ώρα σε θερμοκρασία δωματίου μέχρι να διπλασιαστεί ο όγκος της ζύμης.
- Στη συνέχεια, αφαιρούμε τη ζύμη από το μπολ και το χωρίζουμε σε 13 κομμάτια.
- Τα πλάθουμε σε μπαλάκια και τα ανοίγουμε με έναν πλάστη σε διάμετρο 10 εκ.
- Βάζουμε ένα ζυμαρί πάνω σε ένα **ταψάκι** που έχουμε στρώσει λαδόκολλα, το αλείφουμε με βούτυρο με ένα πινέλο.
- Βάζουμε από πάνω ένα άλλο ζυμαράκι και το αλείφουμε με βούτυρο. Ακολουθούμε την ίδια διαδικασία για όλα τα ζυμαράκια. Θέλουμε το κάθε ζυμαρί να καλύπτει τη μισή επιφάνεια από το άλλο ώστε να δώσουμε κυκλικό σχήμα.
- Αλείφουμε όλη την επιφάνεια με τον κρόκο, πασπαλίζουμε με σουσάμι και ψήνουμε για 20 λεπτά. Στη συνέχεια, σκεπάζουμε με αλουμινόχαρτο, χαμηλώνουμε τη θερμοκρασία στους 160° C και ψήνουμε για άλλα 20 λεπτά.
- Για τον πρώτο τρόπο σερβίρισματος, τοποθετούμε ένα **τηγάνι** σε δυνατή φωτιά και προσθέτουμε το μπέικον. Προσθέτουμε πιπέρι και αφήνουμε να ψηθεί καλά και να πάρει χρώμα.
- Βάζουμε το μπέικον στη μία πλευρά του τηγανιού ώστε να έχουμε χώρο για τα αυγά.
- Χαμηλώνουμε τη φωτιά και προσθέτουμε 1 κ.σ. ελαιόλαδο στην άδεια πλευρά του τηγανιού.
- Σπάμε 2 αυγά στο τηγάνι και προσθέτουμε και το κίτρινο τυρί.
- Προσθέτουμε αλάτι, πιπέρι και μόλις πάρουν χρώμα αφαιρούμε και σεβρίρουμε με δύο ψωμάκια, λίγο ελαιόλαδο, πιπέρι και θυμάρι.

## Συστατικά

- 300 γρ. γάλα, σε θερμοκρασία δωματίου
- 1 κ.σ. ξερή μαγιά
- 10 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
- 500 γρ. αλεύρι
- 1 κ.γ. αλάτι
- 50 γρ. βούτυρο λιωμένο
- 1 κρόκο αυγού
- 50 γρ. σουσάμι

Για το σερβίρισμα

- 2 αυγά
- 5 φέτες μπέικον
- 100 γρ. γραβιέρα ή τυρί της αρεσκείας μας
- 1 κ.σ. θυμάρι
- βούτυρο
- μαρμελάδα βερίκοκο
- ζάχαρη άχνη
- φύλλα δυόσμου

## Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά μερίδα

288 Θερμίδες (kcal)	9.9 Λιπαρά (γρ.)	4.3 Κορ.Λίπη (γρ.)	40.0 Υδατ/κες (γρ.)
14%	14%	22%	15%
2.7 Σάκχαρα (γρ.)	9.0 Πρωτεΐνη (γρ.)	2.5 Φυτικές Ίνες (γρ.)	0.57 Αλάτι (γρ.)
3%	18%	10%	10%

- Για το δεύτερο σερβίρισμα απλώνουμε 1 κ.γ. βούτυρο και 1 κ.γ. μαρμελαδα σε ένα ψωμάκι και το καλύπτουμε με ένα άλλο. Πασπαλίζουμε με άχνη και σερβίρουμε.