



## Paraty (trojhranné)

Pro 2 - 3 osoby



- ➔ **1,5 šálku hrubé celozrnné PŠENIČNÉ MOUKY** proseji přes síto do středně hluboké mísy. Uprostřed udělám důlek, do kterého naliji
- ➔ **2/3 šálku VODY**. Ruce si trochu pomažu olejem nebo ghí a udělám těsto. Hnětu těsto, dokud nevznikne hladká koule. Podle potřeby přidám vodu, nebo mouku, abych dosáhl vhodné elastické konzistence. Těsto by se nemělo lepit na prsty a ani by nemělo být příliš suché, nebo tvrdé. Prsty udělám do těsta několik dříčků a pokapu několika kapkami vody. Přikryji talířem, nebo jinou miskou, nebo čistou igelitovou fólií a nechám stát asi 2 hodiny.

Ideálně by se těsto mělo prohníst ještě jednou těsně před dalším zpracováním, ale pokud to čas nedovoluje, použiji ho přímo. Čím bude těsto měkčí, tím snadněji se bude smažit.

**Těsto** po 2 hodinách dobře propracuji. Pak těsto rozdělím na kuličky velikosti broskve. Na lehce pomoučeném vále rukou rozmáčknu jednu kouli těsta. Válečkem vyválím tenkou kulatou placku, která bude mít asi 12 centimetrů v průměru. Doprostřed vzniklé placky dám

- ➔ **kapku GHÍ**, placku přeložím, takže vznikne půlkruh, nebo půlměsíc. Prsty k sobě opatrně přitlačím hrany. Doprostřed půlměsíce dám opět
- ➔ **kapku Ghí** a opět přeložím, takže vznikne trojhran. Hrany k sobě opět dobře přitlačím. Paraty popráším prosetou celozrnnou pšeničnou moukou a vyválím na velkou trojhrannou partu. Snažím se vyválet hrany o trochu tenčí, aby se trojhrany dobře propekly. Namísto vyválení všech padat najednou bude lepší vyválet vždy jeden a hned jej upéci - usmažit.

Na středně velkém plameni zahřeji pánev s nepřilnavým dnem (litinovou). Přidám

- ➔ **GHÍ**, aby bylo dno pánve úplně zakryté. Přebytečné množství mouky odstraním tak, že vezmu trojhran mezi dlaně a rychle přehazuji z jedné ruky do druhé. Pak smažím na středně velkém plameni, dokud barva těsta místy neztemní a na povrchu se neobjeví bubliny. Pak trojhran otočím a usmažím i druhou stranu. Kdekoli se objeví bublina, lžící nebo vařečkou na bublinu přitlačím, aby se vzduch rozprostřel uvnitř paraty.

Podávám s dalem, nebo jakýmkoli zeleninovým pokrmem, nebo i samotné.