

Rulouri cu scortisoara de post



Dragilor, ne apropiem de sfarsitul Postului Mare, asa ca v-am pregatit o ultima reteta dulce, niste rulouri cu scortisoara, de post, evident ☐ , ataaat de gustoase incat cu greu veti crede ca sunt vegane! Bogdi si Cipi au fost cuceriti de aluatul lor pufos si de glazura de zahar...dar eu mai mult de umplutura cu scortisoara! ☐

Si pentru ca pe parcursul acestei saptamani le-am savurat de mai multe ori (le-am facut de 3 ori pana acum!!!), vi le-am adus in doua variante. Prima, cu ingrediente mai accesibile, afisata imediat, mai jos, iar cealalta varianta, la care am folosit faina de cocos, ulei de cocos si zahar brun, va fi afisata la sfarsitul postarii. Doua **retete de post** delicioase!

Sfintele Pasti sa va aduca in suflet multa pace si bucurie, prieteni dragi!!! Va imbratisez pe toti cu mare drag!!!

Ingrediente pentru 8 bucati:

Aluat:

- 500 g faina de grau alba (000)
- un plic drojdie uscata (7 g)
- 300 ml lapte vegetal (migdale+cocos)
- 50 g zahar tos (alb)
- un praf de sare
- 60 ml ulei de floarea soarelui

Umplutura:

- 120 g zahar tos (alb) sau brun
- 2 lingurite cu varf de scortisoara (pudra)
- 50 g margarina vegana

Glazura de zahar:

- 100 g zahar pudra vanilat
- 3 linguri zeama de lamaie

Mod de preparare:

Pentru aluat:

Se cerne faina intr-un bol incapator; se adauga drojdia uscata si se amesteca bine. Laptele vegetal se incalzeste usor, se amesteca cu zaharul si praful de sare (cat luati cu trei degete) si se toarna peste faina. Se toarna si uleiul si se framanta aluatul timp de cca. 2-3 minute (eu am lasat robotul sa-l framante).

Daca aveti drojdie proaspata, folositi-o cu incredere ☐ Aveti nevoie de 25 g, pe care va trebui sa o amestecati cu zaharul si putin lapte cald, intr-un bol micut. O presarati apoi cu putina faina si o lasati la dospit. Aceasta ar fi maiaua, pe care, mai apoi, adica dupa vreo 8-10 minute o amestecati cu restul ingredientelor.

In ambele cazuri, aluatul se lasa la crescut, intr-un loc cald, ferit de curenti de aer, si acoperit cu un prosop de bucatarie, timp de o ora sau pana cand isi dubleaza volumul.

Preparare umplutura si rulare melcisorii:

Cand e gata, aluatul se intinde pe o suprafata unsa cu putin ulei, in forma de dreptunghi, dar nu foarte subtire (ungeti si sucitorul cu ulei). Aluatul se unge apoi cu margarina vegana, cat mai uniform, si se presara cu „umplutura” de zahar si scortisoara. Foaia de aluat se ruleaza cu grija si se taie cu ata, astfel: se pune o bucata de ata sub aluat si se trage de ambele capete. Prima data in mijlocul ruloului, apoi fiecare din cele doua parti in doua, si fiecare bucata pe jumatate. Puteti felia ruloul si cu cutitul, dar trebuie sa fie bine ascutit! Veti obtine 8 mini rulouri ☐

In continuare, se aseaza rulourile obtinute intr-o forma de copt unsa cu putin ulei sau margarina (o forma de portelan dreptunghiulara de aproximativ 30/20 cm), la distanta unele de altele, si se mai lasa la dospit, acoperite, in jur de 20 de minute.

Coacere:

Se incalzeste apoi cuptorul la 180 de grade C (foc potrivit). Rulourile cu scortisoara se pun la copt pentru cca. 30 de minute; se lasa sa se raceasca usor si se glazureaza cu amestecul de zahar si zeama de lamaie (desi, puteti folosi lapte vegetal in loc). Aveti grija sa nu adaugati prea multa zeama de lamaie in glazura, pentru ca nu va mai fi alba si frumoasa, asa cum ne-o dorim cu totii! ☐



Iar aici este portia de rulouri cu faina de cocos, ulei de cocos si zahar brun, pe care le-ati putut admira si aici: **Primavara, in gradina**

Nu au iesit atat de pufoase ca primele, pentru ca, pe langa faina alba de grau, am folosit si faina de cocos, care absoarbe mai mult lichid (dar care e mult mai sanatoasa). Varianta aceasta contine:

Pentru blat:

- 400 g faina alba de grau
- 60 g faina de cocos
- 1 plic drojdie uscata
- 320 ml lapte vegetal
- 50 g zahar
- 45 g ulei de cocos, solid
- un praf de sare

Pentru umplutura:

- 160 g zahar brun
- 2 lingurite scortisoara pudra
- 50 g ulei de cocos, solid

Glazura... ramane la fel ☐

Procedeul este acelasi ca si mai sus, cu mentiunea ca uleiul de cocos, de la blat, se va topi in laptele vegetal, iar cel de la umplutura se va lasa la temperatura camerei, pentru a se inmuia si a putea fi intins.

S-aveti pofta, orice varianta ati alege!!! ☐



Laura Sava

