

Roulés à la cannelle (kanelbullar)

Contient: blé/épeautre (gluten)

Sans lait, œuf, soja, cacahouète, noix, sésame et lupin



Ingrédients

Pâte:

450 g de farine (ou farine d'épeautre claire)

50 g de sucre

1 c. à c. de cardamome moulue

1 prise de sel

80 g d'huile de tournesol

2,5 dl de boisson au riz tiède (utiliser un peu moins de liquide avec la farine d'épeautre)

15 g de levure fraîche

Masse à fourrer:

70 g de beurre végétalien

70 g de sucre de canne

1 c. à s. de cannelle moulue

Grains de sucre pour le saupoudrage

Préparation

- Mélanger la farine, le sucre, la cardamome et le sel dans un récipient.
- Délayer la levure dans une boisson au riz tiède. Ajouter au mélange de farine avec l'huile et bien pétrir. Couvrir d'un torchon humide et laisser doubler de volume (1,5-2 heures).
- Mélanger le beurre végétalien avec le sucre et la cannelle dans un petit récipient.
- Abaisser la pâte en un rectangle (env. 20x60 cm). Répartir la masse à fourrer sur toute la pâte, enrouler et placer au congélateur pendant 30 minutes environ.
- Couper ensuite le rouleau en morceaux d'environ 3 cm de largeur. Placer sur une plaque recouverte d'un papier de cuisson et laisser reposer de nouveau pendant 30 minutes.
- Préchauffer le four à 180 °C.
- Saupoudrer éventuellement les roulés de grains de sucre. Cuire 25 minutes à mi-hauteur du four préchauffé.

Recette et photo:

himbeergelb.ch. Köstliche Rezepte
ohne Milch, Ei, Soja, Nüsse und Fisch
(en allemand) de Sandra Kopp, lauréate
de l'aha!award 2018.

