

Cynamonowe ciasto spiralne

Ciasto z cynamonem to pyszny deser, który możesz podać gościom razem z gorącą czekoladą.

SKALA TRUDNOŚCI:

Średnie

CZAS PRZYGOTOWANIA:

65 minut

LICZBA PORCJI:

2 ciasta

SKŁADNIKI:

630 g mąki
160 g płatków owsianych błyskawicznych
2/3 szklanki chudego mleka w proszku
50 g brązowego cukru
2 opakowania (po 7 g) drożdży instant
3 łyżeczki soli
2 i 1/2 szklanki wody
2 łyżki masła
1 jajko
165 g rodzynek
100 g cukru
2 łyżeczki cynamonu

PRZYGOTOWANIE:

- 1) Wymieszać w misce 250 g mąki, płatki, mleko w proszku, brązowy cukier, drożdże i sól. Podgrzać wodę i masło do temperatury 50–55°C. Połączyć z suchymi składnikami, wymieszać mikserem. Dodać jajko, zmiksować. Mieszając, dodawać po trochu mąki, aż ciasto stanie się sztywne. Wsypać rodzynki, wymieszać.
- 2) Wyłożyć ciasto na blat posypany mąką. Zagniatać 6–8 minut, aż stanie się gładkie i elastyczne. Włożyć do natłuszczonej miski, obtoczyć w tłuszczu. Przykryć i pozostawić w ciepłym miejscu na godzinę do wyrośnięcia.
- 3) Zagnieść ciasto. Wyłożyć na blat posypany mąką. Podzielić na 2 części. Rozwałkować je na prostokąty o wymiarach 45 x 23 cm. Wymieszać cukier z cynamonem. Zachować 2 łyżki mieszanki do posypki. Resztą posypać kawałki ciasta. Pozostawić wolny brzeg szerokości 1 cm. Zrolować ciasto. Ułożyć w dwóch natłuszczonych foremkach o wymiarach 23 x 13 cm.
- 4) Przykryć i pozostawić na 30 minut. Posypać zachowaną mieszanką cukru i cynamonu.
- 5) Piec 35 minut w temperaturze 190°C.

WARTOŚCI ODŻYWCZE:

1 kawałek zawiera: 145 kcal, 1 g tłuszczów (w tym 1 g NKT), 9 mg cholesterolu, 244 mg sodu, 29 g węglowodanów, 1 g błonnika, 4 g białka

Źródło zdjęcia: Shutterstock