la cocina de los golosos



PAN Y BOLLERÍA · VEGETARIANO

Bollycao casero

4h · 8 raciones · 417 kcal

Ingredientes

- **500 gr** harina de trigo común
- **60 gr** azúcar
- **10 gr** sal
- **100 ml** agua
- **40 ml** aceite de oliva virgen extra
- **200 ml** leche
- **15 gr** levadura fresca
- **150 gr** crema de chocolate

POR RACIÓN

Proteínas	**8,7 g**
Grasas	**12 g**
Hidratos	**67 g**
Fibra	**2,4 g**

Elaboración

1. En un bol ponemos la harina con la sal y el azúcar
2. Añadimos el agua, el aceite y desmenuzamos la levadura en la leche templada y mezclamos bien todo.
3. Amasamos unos 15 o 20 minutos, hasta obtener una masa lisa y flexible que ya no se pegue a las manos.
4. Cubrimos con un poco de aceite, tapamos y dejamos en reposo a temperatura ambiente unas 2 horas.
5. Dividimos en 8 porciones y estiramos, rellenamos con la crema de chocolate, damos forma y dejamos reposar otra hora a temperatura ambiente.
6. Pintamos con huevo batido y llevamos a hornear.
7. Con el horno precalentado a 180° lo horneamos unos 20 / 25 minutos, hasta verlos doraditos.

RECOMENDACIONES

Ideales para preparar el domingo y tener toda la semana.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de la cocina de los golosos

cooknest.app/@lacocinadelosgolosos · Instagram @lacocinadelosgolosos