The Green Fork



PA I PASTISSERIA · VEGÀ

Rolls de carbassa

30min · 4 racions · 450 kcal

Ingredients

- **240g** de farina de força
- **240g** de farina de blat
- **100g** de panela
- **1** pessic de sal
- **45g** de mantega vegana
- **200g** de puré de carbassa
- **120ml** de llet vegetal
- **20g** de llevat fresc

FARCIT

- Crema de cacau vegana
- Mantega vegana
- Sucre morè
- Canyella

PER RACIÓ

Proteïnes	**7 g**
Greixos	**15 g**
Hidrats	**76 g**
Fibra	**4 g**

Elaboració

1. Per a la massa, barrejar tots els ingredients i amassar en una superfície neta durant 10min (afegir més farina si queda enganxosa)
2. Tapar i deixar créixer durant 1h mínim (fins que hagi doblat la seva mida)
3. Quan els rolls ja estiguin fets, tapar de nou i deixar créixer durant 30min més
4. Coure al forn durant 30min a 180°C

Fet amb CookNest

Totes les receptes de The Green Fork

cooknest.app/@thegreennfork · Instagram @thegreennfork