The Green Fork



PA I PASTISSERIA · VEGÀ

Brioix vegà

2h · 4 racions · 316 kcal

Ingredients

- **400g** de farina de força
- **220ml** de llet vegetal
- **80ml** de xarop d'atzavara (o qualsevol edulcorant líquid)
- **50ml** d'oli d'oliva
- **20g** de llevat fresc
- Un pessic de sal
- Xarop d'atzavara + llet per pintar

PER RACIÓ

Proteïnes	7,5 g
Greixos	9,5 g
Hidrats	46 g
Fibra	2 g

Elaboració

1. Una vegada amassada, deixar créixer la massa durant 1h o fins que dobli la seva mida
2. Amassar de nou per treure tot l'aire i tallar en 4 parts iguals
3. Col·locar al motlle i deixar créixer de nou durant uns 30min més
4. Pintar per sobre
5. Coure al forn a 180°C durant uns 30min

Fet amb CookNest

Totes les receptes de The Green Fork
cooknest.app/@thegreennfork · Instagram @thegreennfork