



Tálalás: **4 főre**



Előkészítés: **30 perc**



Elkészítés: **20 perc**



Kohári Éva

CSOKOLÁDÉVAL TÖLTÖTT KIFLI – GLUTÉN,- TEJ- ÉS TOJÁSMENTESEN

Igaz, nem 5 perc alatt készíthető el ez a töltött kifli, de biztos vagyok benne, hogy a család egyik kedvenc fogása lehet reggelire, vagy akár ebédre egy kiadós leves mellé. A töltelék ízlés szerint variálható, én most csokoládé pudinggal sütöttem, de nyugodtan használhatunk hozzá vaníliás, illetve karamellás pudingot is. Aki nem érzékeny a tejre, a növényi tejtalt cserélje hagyományosra. A kifli tésztája tökéletes alapja lehet bármilyen édes pitének, vagy akár zserbónak is.

HOZZÁVALÓK A TÉSZTÁHOZ

380 g Barbara lisztkeverék kenyér és kelt tésztákhoz
10 g por állagú útifűmaghéj
80 g szobahőmérsékletű

Auchan margarin
80 g cukor
7 g szárított élesztő
250 g Auchan bio rizsital
HOZZÁVALÓK A TÖLTÉLEKHEZ
250 ml Auchan bio rizsital

40 g gluténmentes csokoládés pudingpor
3 evőkanál cukor
25 g Auchan margarin
HOZZÁVALÓK A TETEJÉRE SÜTÉS ELŐTT
30 g olvasztott

Auchan margarin
HOZZÁVALÓK A TETEJÉRE SÜTÉS UTÁN
30 g olvasztott Auchan margarin
2 evőkanál cuor
1 teáskanál fahéj
ALLERGÉNEK

1

A lisztet keverjük össze a cukorral, az útifűvel, a szárított élesztővel és morzsoljuk el a margarinnal. Adjuk hozzá a „tejet” és gyúrunk rugalmas tésztát. Takarjuk le egy konyharuhával és szobahőmérsékleten kelesszük 40 percet.

2

A töltelékhez a pudingot, a cukrot keverjük csomómentesre a „tejjel” és főzzük sűrűre. Keverjük bele a margarint és hűtsük le.

3

A tésztát osszuk 10 egyenlő részre, formázzunk belőle buccikat. Nyújtsuk ki a buccikat kb. 13x23 cm-es téglalappá. A téglalapok hosszabbik oldalával párhuzamosan vágjuk be a tésztát fésű szerűen a téglalapok 1/3-ad részéig.

4

A tészta be nem vágdosott, 2/3-ad részére halmozzunk ½ evőkanál pudingot és csavarjuk fel, úgy, hogy a bevágdosott rész kerüljön felülre. A széleit kissé nyomkodjuk össze, így nem folyik ki a töltelék.

5

A felcsavart kifliket tegyük sütőpapírral bélelt tepsibe és kenjük le a tetejüket olvasztott margarinnal.

6

Kelesszük szobahőmérsékleten újabb 20 percet, közben melegítsük elő a sütőt 180 fokra.

7

180 fokon süssük 20 percet, míg a tetejük aranybarnára sül.

8

A sütőből kivéve kenjük meg még forrón olvasztott margarinnal és szórjuk le fahéjas cukorral.



**Töltse le további receptjeinket
az auchan.hu/receptek oldalról!**

