



Tálalás: **4 főre**



Előkészítés: **15 perc**



Elkészítés: **20 perc**



Kohári Éva

GLUTÉN- ÉS TEJMENTES KAKAÓS, VANÍLIÁS CSIGA

Tökéletes reggeli, de csomagolhatjuk a gyerekeknek az uzsonnás dobozba is. A tészta másnap ugyanolyan puha, mint frissen. Ha nagyobb mennyiséget készítünk belőle, nyugodtan tegyük a fagyasztóba.

HOZZÁVALÓK A TÉSZTÁHOZ

400 g It's us miklos universal mix liszt
10 g por állagú útifű
25 g friss élesztő
60 g méz
340 g Auchan bio

rizsital
2 db Auchan „M-es” méretű tojássárgája
1 csipet só
60 g olvasztott Auchan margarin
HOZZÁVALÓK A

TÖLTÉLKHEZ

500 g Auchan bio rizsital
5 evőkanál cukor
2 csomag glutén- és tejszínmentes vaníliás pudingpor
40 g glutén- és

tejszínmentes étcsokoládé
100 g növényi tejszín ízlés szerint mazsola

HOZZÁVALÓK A TETEJÉRE

20 g olvasztott Auchan margarin
ALLERGÉNEK

- 1 A rizsitalt melegítsük langyosra a mézzel, morzsoljuk bele az élesztőt és kb. 15 perc alatt futtassuk fel.
- 2 A lisztet mérjük egy keverőtálba, adjuk hozzá az útifűvet, a sőt.
- 3 Keverjük a felfuttatott élesztőhöz az olvasztott margarint, a tojások sárgáját, majd öntsük a liszthez.
- 4 Alaposan gyúrjuk össze, míg rugalmas, egynemű tésztát kapunk. Mivel elég ragacsos a tészta, érdemes gumikesztyűs kézzel dolgozni, vagy használjunk dagasztógépet, esetleg a keverőgép dagasztó spirálját.
- 5 A tésztát kelesszük szobahőmérsékleten 60 percet, vagy 50 fokos sütőben 35-40 percet.
- 6 A töltékhez a rizsitalt keverjük csomómentesre a pudingporral és a cukorral, majd főzzük belőle sűrű krémet. A tűzhelyről levéve, még forrón keverjük hozzá a tejszínt (ezt nem kell előtte felverni) és osszuk két egyenlő részre. Az egyik részhez keverjük a feldarabolt étcsokoládét. A pudingokat hűtsük töltés előtt legalább langyosra.
- 7 A megkelt tésztát óvatosan gyúrjuk át enyhén rizsliszttel megszórt felületen.

- 8 A tésztát nyújtsuk ki kb. 0,5 cm vastag téglalappá. A tészta felét kenjük meg a csokis, a másik felét pedig a vaníliás töltelékkel. A vaníliás részt ízlés szerint megszórhatjuk mazsolával. Csavarjuk fel a tésztát a két széléről, egymással szemben. Így kapunk egy csokis és egy vaníliás csigát, amik a tészta közepén találkoznak.
- 9 Éles késsel vágunk másfél ujjnyi vastag csigákat a rúdból.
- 10 Tegyük a csigákat sütőpapírral beült tepsibe.
- 11 A csigák tetejét kenjük le olvasztott margarinnal, majd pihentessük 15-20 percet.
- 12 180 fokra előmelegített sütőben kb. 20 perc alatt süssük készre.
- 13 Kihűlt csigákat szórjuk meg porcukorral.



**Töltse le további receptjeinket
az [auchan.hu/receptek](https://www.auchan.hu/receptek) oldalról!**

