Sladký štrůdl s karamelizovanými vločkami a lipánkovou náplní



1,5 hodiny náročnost ●●○○

Vyzkoušejte netradiční štrůdl s malinami a Lipánkem bez laktózy.

Ingredience

Těsto na dva kusy:

- 200 g Jihočeského tradičního pomazánkového bez laktózy (1,5 balení)
- 200 g mouky (Radka Vrzalová doporučuje Eat-fit bešamel) + mouku na rozválení
- 20 g mouky z lněných semínek + 100 ml horké vody
- 10 g vinného octa (1 pol. lžíce)
- 2 g soli
- 4 g kypřícího prášku bez lepku

Karamelizované vločky:

- 50 g tuku
- 2 hrsti bezlepkových ovesných (pohankových) vloček
- 2 pol. lžíce krupicového cukru

Náplň na 1 nohavici štrůdlu:

- 2 balení Lipánka bez laktózy rozšlehané v misce s 1 balení vanilkového pudinkového prášku na zahuštění, 1 pol. lžíce cukru moučka
- hrst opraných čerstvých malin

Návod na přípravu:

Horkou vodou spaříme ve skleničce lněnou mouku a rychle vidličkou vyšleháme v tužší gel, který necháme vychladnout.

V míse smícháme mouky se solí a kypřidlem, přidáme pomazánkové máslo a gel z lněného semínka, (pokud je těsto suché přidáme lžíci vlažné vody). Prsty vše důkladně propracujeme ve vláčné těsto, které zabalíme do potrav. folie a necháme alespoň hodinu odpočinout v lednici.

V menším kastrůlku se rozehřejeme tuk, přisypeme vločky a cukr. Pražíme za stálého míchání do světle hnědé barvy a do křupava. Necháme vychladnout.

Těsto rozdělíme na dva bochánky, každý vyválíme na pomoučené ploše na obdélník, na který rozprostřeme cca 1/3 opražených vloček, přidáme lipánkovou náplň s malinami, opatrně zahrneme spodní okraje a štrůdl zavineme a opatrně přeneseme na plech vyložený pečícím papírem. (Těsto můžeme rovnou na pečícím papíru rozválet a pomocí něj i dobře smotat).

Hotové štrůdly potřeme zbývajícím tukem a můžeme poprášit zbytkem vloček s cukrem. Pečeme nejprve na 180 °C cca 10 minut, pak teplotu zvýšíme na 200 °C a dopékáme cca 10 minut do světle hnědé barvy.

Servírujeme vlažný či studený.

Nechce se inspirovat a koukněte na další báječné bezlaktózové recepty od Radky Vrzalové