Drożdżowe bułeczki orkiszowe z musem z mango i makiem :)

Zdrowie na języku

Polecane na: **ciasta**

Warto wiedzieć:

90 min | łatwy | 10 porcji

Składniki:

mąka orkiszowa razowa - 350 g
cukier kokosowy - 2 łyżka
cukier waniliowy - 1 opakowanie
jajko - 1 szt.
olej kokosowy - 30 g
mus z mango - 150 g
mak - do smaku
ZACZYN: -
mleczko kokosowe - 150 ml
woda - 50 ml
świeże drożdże - 30 g
cukier kokosowy - 1 łyżka
mąka orkiszowa razowa (z puli 350g) - 1 łyżka
DODATKOWO: -
mąka do posypania stolnicy -
żółtko - 1 szt.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Zrób zaczyn. Podgrzej lekko mleczko kokosowe wraz z wodą i rozpuść w płynie drożdże, cukier kokosowy oraz mąkę. Pamiętaj - nie zagotuj ani nie podgrzej za mocno płynu, bo drożdże nie urosną! Całość odstaw do wyrośnięcia w ciepłym miejscu, wierzch przykryj ściereczką lub ręcznikiem papierowym. Drożdże powinny być gotowe za ok. 15 minut.
Do miski wsyp wszystkie składniki (oprócz musu z mango i maku), dodaj wyrośnięte drożdże i wyrabiaj ciasto rękoma do momentu aż będzie odklejać się od dłoni. Jest to ok. 10-15 minut.
Ponownie odstaw do wyrośnięcia przykryte w misce ściereczką lub ręcznikiem papierowym.
Blat obsyp mąką. Wyłóż wyrośnięte ciasta i dłońmi uformuj średniej grubości okrągły placek. Za pomocą dużej szklanki wycinaj koła, do środka nałóż 1 małą łyżeczkę musu z mango i dokładnie, ale delikatnie zawiń ciasto w kształt bułki.
Uformowane bułeczki układaj na blaszce wyłożonej papierem do pieczenia. Każdą posmaruj rozrobionym z odrobiną ciepłej wody żółtkiem i posyp makiem.
Piecz w piekarniku przez 15 minut w 150*C, a następnie przez 10 minut w 180*C.