



magazín pro zdravý životní styl, www.vimcojim.cz



[Ukázky](#) 10. 11. 2021 | redakce Vím, co jím

Bezlepkové kakaovo-karamelové rohlíčky

URL článku: [ukazka/Bezlepkove-kakaovo-karamelove-rohlicky__s695x20438.html](https://www.vimcojim.cz/ukazka/Bezlepkove-kakaovo-karamelove-rohlicky__s695x20438.html)

Hned na úvod upozorňujeme, že toto vánoční cukroví nepatří mezi ty odlehčené. Nicméně jednou za čas si kousek toho „méně zdravého“ cukroví může dovolit každý.



Ingredience:

Těsto:

bezlepková směs chlebová bílá Freee Doves Farm	250 g
kokosová mouka	20 g
cukr moučka	70 g
máslo nebo rostlinný tuk	180 g
kakao	30 g

Karamelový krém:

máslo nebo rostlinný tuk	250 g
hustý karamelový pudink (uvařený)	5 lžic
karamel	5 lžic

Postup

1. Ze všech surovin vypracujeme na vále nebo v kuchyňském robotu s použitím univerzální metly těsto. Tuk používáme ztuhlý z lednice.
2. Z těsta tvoříme nudličky, které rozmáčkne do suchých rohlíčkových formiček a dáme péct do trouby na 180 °C. Ještě teplé z formiček vyklopíme.
3. Připravíme si krém vyšleháním všech surovin, které by měly mít stejnou pokojovou teplotu. Použít můžete hotový karamel nebo si doma připravit jeho bezmléčnou variantu, a to tak, že do hrnce nasypeme 50 g cukru

krystal, který za stálého míchání pomalu zahříváme až se rozpustí a zbarví do zlatohněda. Opatrně zalijeme zahřátou rostlinnou smetanou (30 g) a za stálého míchání krátce povaříme. Odstavíme a necháme vychladnout. Pokud by směs příliš tuhla, přidáme 1-2 lžice vody. Po vychladnutí vmícháme 50 g cukru moučka. Takto připravení karamel použijeme do krému.

4. Na vychladlé rohlíčky zdobícím nástavcem nastříkáme krém a dva rohlíčky spojíme.
5. Konce rohlíčků můžeme namočit do rozpuštěné kvalitní čokolády smíchané s trochou rostlinného tuku.

[bezlepková mouka](#) [bezlepkové cukroví](#) [kakaovo-karamelové rohlíčky](#) [Vánoce](#)
[vánoční cukroví](#) [vánoční recept](#)

Copyright © 2023

Vím, co jím a piju, o.p.s., www.vimcojim.cz