

CROISSANT INTEGRAL VEGANO

Ingredientes:

(Primera fase)

- 2 g de levadura seca para pan o 7 g de levadura fresca
- 50 g de agua
- 50 g de harina de trigo

(Segunda fase)

- 100 g harina integral de trigo
- 50 g de harina de trigo
- 100 g de harina de fuerza (harina para pan)
- 35 g de agua
- 40 g de leche vegetal
- 45 g de Natuvia Granulado
- 60 g de aceite vegetal
- 1 cucharada de esencia de vainilla
- 1 pizca de sal
- Relleno de tu elección

Preparación:

- 1- Mezclá en un bowl todos los ingredientes de la primera fase hasta obtener una crema. Dejela reposar una hora, tapada con papel film o un trapo.
- 2- Añadí a la primera masa, los ingredientes de la segunda fase. Empezá por los secos (harinas, Natuvia Granulado y sal) y añadí poco a poco los líquidos.



- 3- Amasá bien hasta obtener una bola compacta, suave y lisa.
- 4- Dejálá reposar 2 horas.
- 5- Dividí la masa en dos partes. Estíralas con rodillos en forma circular hasta 2-3 mm de grosor.
- 6- Cortalas en triángulos y poné una cucharadita de crema de cacao vegana o mermelada en la parte más ancha (el borde del círculo).
- 7- Enrollá el croissant desde el extremo hasta la punta del triángulo y dejá reposar en una bandeja con papel de horno durante 5-6 horas (idealmente toda la noche).
- 8- Con un pincel de cocina, empapá los croissants de leche vegetal y hornealos a 180° durante 15-20 minutos, hasta que estén dorados.
- 9- Rellená el croissant integral vegano con un trocito de chocolate negro, mermelada o confitura de fruta.

