



Cinnamon rolls με σάλτσα καραμέλας

20'

Χρόνος
Εκτέλεσης

60''

Χρόνος
Αναμονής

30'

Χρόνος
Ψήσιματος

12

Μερίδες

2

Βαθμός
Δυσκολίας

Μέθοδος Εκτέλεσης

- Στον κάδο του μίξερ ρίχνουμε το γάλα, τη μαγιά και ανακατεύουμε με ένα σύρμα χειρός ώστε να διαλυθεί η μαγιά μέσα στο γάλα.
- Προσθέτουμε τη ζάχαρη, 80 γρ. από το λιωμένο βούτυρο, τα αυγά, το αλάτι και το αλεύρι.
- Χτυπάμε στο μίξερ με τον γάντζο για περίπου 5 λεπτά σε μέτρια ταχύτητα, μέχρι να ξεκολλήσει η ζύμη από τα τοιχώματα του κάδου.
- Ρίχνουμε σε βουτυρωμένο μπολ βάζουμε μέσα τη ζύμη μας.
- Καλύπτουμε με μεμβράνη και περιμένουμε τουλάχιστον 30 λεπτά ή μέχρι να διπλασιαστεί η ζύμη.
- Όταν η ζύμη έχει φουσκώσει, ρίχνουμε λίγο αλεύρι σε μία ίσια επιφάνεια και ξεκινάμε να την ανοίγουμε με την βοήθεια ενός πλάστη. Προσπαθούμε να της δώσουμε ένα σχήμα ορθογώνιο, με το πάχος της ζύμης γύρω στο μισό εκατοστό και διάσταση περίπου 50x80 εκ.

Για τη γέμιση

- Στον κάδο του μίξερ ρίχνουμε το βούτυρο, τη μαύρη ζάχαρη, την κανέλα και χτυπάμε με το σύρμα, σε μέτρια ταχύτητα, μέχρι να ομογενοποιηθούν μεταξύ τους.
- Αφαιρούμε από τον κάδο και την προσθέτουμε στο κέντρο της ζύμης.
- Απλώνουμε τη γέμιση με τη βοήθεια ενός κουταλιού σε όλη την επιφάνεια της ζύμης, εκτός από τις άκρες.
- Τυλίγουμε τη ζύμη μας, διπλώνοντας τη μεγάλη πλευρά, ώστε να δημιουργήσουμε ένα μεγάλο ρολό και κόβουμε με τη βοήθεια ενός κοφτερού **μαχαιριού** σε 12 ίσια κομμάτια.
- Τοποθετούμε τα κομμάτια σε ένα **ταψάκι** 28x36 εκ. με λαδόκολλα, βάζοντάς τα το ένα δίπλα στο άλλο.
- Καλύπτουμε με μία πετσέτα και περιμένουμε για 30 λεπτά να φουσκώσουν.
- Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 180° C στον αέρα.
- Αφού φουσκώσουν αλείφουμε τα ζυμαράκια μας με τα υπόλοιπα 20 γρ. από το λιωμένο βούτυρο και ψήνουμε στον φούρνο για 30 λεπτά. Αφήνουμε να κρυσώσουν.
- Περιχύνουμε με την σάλτσα καραμέλας και σερβίρουμε.

Συστατικά

- 250 γρ. γάλα, σε θερμοκρασία δωματίου
- 9 γρ. μαγιά ξηρή
- 120 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
- 100 γρ. βούτυρο, λιωμένο
- 2 αυγά, μεσαία, σε θερμοκρασία δωματίου
- 1 κ.γ. αλάτι
- 700 γρ. αλεύρι για τσουρέκι, +έξτρα για το άνοιγμα της ζύμης
- βούτυρο, για το μπολ

Για τη γέμιση

- 100 γρ. βούτυρο, σε θερμοκρασία δωματίου
- 150 γρ. ζάχαρη μαύρη μαλακή
- 20 γρ. κανέλα

Για την επικάλυψη

- [σάλτσα καραμέλας](#)

Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά μερίδα

532 Θερμίδες (kcal)	22.0 Λιπαρά (γρ.)	13.0 Κορ.Λίπη (γρ.)	74.0 Υδατ/κες (γρ.)
27%	31%	65%	28%
29.0 Σάκχαρα (γρ.)	8.6 Πρωτεΐνη (γρ.)	3.3 Φυτικές Ίνες (γρ.)	0.53 Αλάτι (γρ.)
32%	17%	13%	9%