



Εύκολα μπριός

15'

Χρόνος
Εκτέλεσης

6 ώρες'

Χρόνος
Αναμονής

25'

Χρόνος
Ψησίματος

12

Μερίδες

1

Βαθμός
Δυσκολίας



Μέθοδος Εκτέλεσης

- Σε ένα **μπολ** βάζουμε το γάλα, τη μαγιά, τη ζάχαρη άχνη και ανακατεύουμε με ένα πιρούνι.
- Προσθέτουμε τα αυγά και ανακατεύουμε μέχρι να ομογενοποιηθούν τα υλικά.
- Στη συνέχεια, βάζουμε αλάτι, το αλεύρι, το βούτυρο και ανακατεύουμε με το πιρούνι. Όταν αρχίσει να σχηματίζεται η ζύμη, συνεχίζουμε το ανακάτεμα με τα χέρια μας.
- Μεταφέρουμε τη ζύμη σε μπολ, καλύπτουμε με διάφανη μεμβράνη και αφήνουμε 6-12 ώρες για να ξεκουραστεί.
- Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 190° C στον αέρα.
- Αφαιρούμε τη ζύμη από το μπολ και το βάζουμε στον πάγκο εργασίας μας. Η ζύμη θα είναι μαλακή και θα κολλάει λίγο στα χέρια μας. Αν κολλάει πολύ και δεν μπορούμε να τη δουλέψουμε, χρησιμοποιούμε λίγο αλεύρι.
- Χωρίζουμε σε 12 κομμάτια και πλάθουμε σε μπαλάκια.
- Βουτυρώνουμε και αλευρώνουμε 2 **φόρμες για muffin** και βάζουμε ένα κομμάτι σε κάθε θήκη.
- **Αλείφουμε** με κρόκο αραιωμένο σε νερό, σκεπάζουμε με μια πετσέτα και αφήνουμε 30 λεπτά να φουσκώσουν.
- Ψήνουμε για 25 λεπτά μέχρι να πάρουν χρυσαφένιο χρώμα.

Για το σερβίρισμα

- Τοποθετούμε ένα **τηγάνι** σε δυνατή φωτιά, βάζουμε το μισό βούτυρο και αφήνουμε να λιώσει.
- **Κόβουμε** τα καπάκια από τα 6 μπριός, μετά στη μέση και τα βάζουμε στο τηγάνι. Στάρουμε 1 λεπτό από κάθε πλευρά για να πάρουν χρώμα.
- Ακολουθούμε την ίδια διαδικασία και για τα υπόλοιπα.
- Μεταφέρουμε σε **πιάτο**, απλώνουμε τη μαρμελάδα, τα φρούτα, τα φύλλα δυόσμου και σερβίρουμε.

Συστατικά

- 190 γρ. γάλα
- 1 κ.γ. κοφτό μαγιά ξηρή
- 30 γρ. ζάχαρη άχνη
- 3 αυγά, μεσαία
- αλάτι
- 500 γρ. αλεύρι γ.ο.χ.
- 200 γρ. βούτυρο, σε θερμοκρασία δωματίου

Για το σερβίρισμα

- 50 γρ. βούτυρο
- [μαρμελάδα φράουλα](#)
- μαύρα μούρα (blackberries)
- μύρτιλα (blueberries)
- φύλλα δυόσμου

Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά μερίδα

314 Θερμίδες (kcal)	16.0 Λιπαρά (γρ.)	9.6 Κορ.Λίπη (γρ.)	34.0 Υδατ/κες (γρ.)
16%	23%	48%	13%
3.5 Σάκχαρα (γρ.)	6.8 Πρωτεΐνη (γρ.)	1.7 Φυτικές Ίνες (γρ.)	0.53 Αλάτι (γρ.)
4%	14%	7%	9%