



# Monkey bread με ούισκι

20'

Χρόνος  
Εκτέλεσης

90''

Χρόνος  
Αναμονής

50'

Χρόνος  
Ψησίματος

50

Μερίδες

2

Βαθμός  
Δυσκολίας



## Μέθοδος Εκτέλεσης

Για τη ζύμη

- Στον κάδο του μίξερ βάζουμε τη μαγιά, τη ζάχαρη, το γάλα και ανακατεύουμε με ένα σύρμα χειρός. Αφήνουμε στην άκρη για 10 λεπτά για να ενεργοποιηθεί η μαγιά.
- Προσθέτουμε το βούτυρο, τα αυγά, το ούισκι, το αλεύρι, το αλάτι και χτυπάμε στο μίξερ για 5-6 λεπτά μέχρι να γίνει μία σφιχτή ζύμη.
- Μεταφέρουμε τη ζύμη σε ένα μπολ, καλύπτουμε με μεμβράνη και αφήνουμε να φουσκώσει για 1 ώρα.
- Κόβουμε το ζυμάρι σε 50 ίδια κομμάτια και τα πλάθουμε σε μπαλάκια.
- Βουτυρώνουμε και πασπαλίζουμε με λίγο ζάχαρη μία φόρμα για κέικ με τρύπα 28 εκ.
- Βάζουμε σε ένα μπολ τη ζάχαρη και την κανέλα για το πασπάλισμα.
- Παίρνουμε ένα μπαλάκι και το βουτάμε από το λιωμένο βούτυρο.
- Στη συνέχεια το περνάμε από το μπολ με το μείγμα της κανέλας με τη ζάχαρη και το βάζουμε στη φόρμα.
- Ακολουθούμε την ίδια διαδικασία μέχρι να καλυφθεί όλη η βάση της φόρμας.
- Βάζουμε από πάνω λευκή κουβερτούρα και καρύδια.
- Ακολουθούμε την ίδια διαδικασία μέχρι να έχουμε 3 στρώσεις από ζύμη, λευκή κουβερτούρα και καρύδια.
- Περιχύνουμε από πάνω με το λιωμένο βούτυρο και τη ζάχαρη που έχει περισσέψει.
- Σκεπάζουμε με μία πετσέτα και αφήνουμε να φουσκώσουν για 45-60 λεπτά.
- Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 160° C στον αέρα.
- Ψήνουμε για 50 λεπτά. Αφαιρούμε από τον φούρνο και αφήνουμε να κρυώσει.

Για τη σάλτσα

- Τοποθετούμε ένα τηγάνι σε δυνατή φωτιά.
- Προσθέτουμε τη μαύρη ζάχαρη, το μέλι, το ούισκι, το βούτυρο και αφήνουμε να βράσει για 5-8 λεπτά.
- Μεταφέρουμε σε μπολ και αφήνουμε να κρυώσει.
- Περιχύνουμε το monkey bread με το σιρόπι και σερβίρουμε.

## Συστατικά

Για τη ζύμη

- 14 γρ. μαγιά ξηρή
- 50 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
- 270 γρ. γάλα, σε θερμοκρασία δωματίου
- 50 γρ. βούτυρο, λιωμένο
- 2 αυγά, μεσαία
- 2 κ.σ. ούισκι
- 700 γρ. αλεύρι σκληρό
- 1 πρέζα αλάτι

Για το πασπάλισμα

- 250 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
- 1 κ.σ. κανέλα
- 120 γρ. βούτυρο, λιωμένο

Για τη γέμιση

- 200 γρ. κουβερτούρα λευκή
- 150 γρ. καρύδια

Για τη σάλτσα

- 100 γρ. ζάχαρη μαύρη μαλακή
- 100 γρ. μέλι
- 150 γρ. ούισκι
- 50 γρ. βούτυρο

## Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά μερίδα

175 Θερμίδες (kcal)	7.5 Λιπαρά (γρ.)	3.5 Κορ.Λίπη (γρ.)	22.0 Υδατ/κες (γρ.)
9%	11%	18%	8%
12.0 Σάκχαρα (γρ.)	3.2 Πρωτεΐνη (γρ.)	0.7 Φυτικές Ίνες (γρ.)	0.04 Αλάτι (γρ.)
13%	6%	3%	1%