



Πιτάκια με ταχίни

Χρόνος
Εκτέλεσης

30 λεπτά'
Χρόνος
Αναμονής

10-12
Μερίδες

1
Βαθμός
Δυσκολίας



Μέθοδος Εκτέλεσης

Ευχαριστούμε την Antri Nicolaou για την ωραία ιδέα της συνταγής αυτής με ταχίни!

- Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 170° C στον αέρα.
- Βάζουμε μαζί όλα τα υλικά για τη ζύμη στον κάδο του μίξερ και τα ανακατεύουμε με το γάντζο.
- Όταν ομογενοποιηθούν αφήνουμε τη ζύμη να φουσκώσει για περίπου μισή ώρα. Βάζουμε επίσης όλα τα υλικά για τη γέμιση σε ένα μπολ και ανακατεύουμε.
- Με τη ζύμη ανοίγουμε μακρόστενες λωρίδες, αλείφουμε με τη γέμιση και τις τυλίγουμε σε λεπτό μακρόστενο ρολό.
- Παίρνουμε τις δύο άκρες και τυλίγουμε αντίστροφα τη μία προς το μέρος της άλλης σχηματίζοντας τελικό σίγμα.
- Έπειτα παίρνουμε τον έναν κύκλο, τον τοποθετούμε πάνω από τον άλλο και πιέζουμε να ενωθούν μεταξύ τους.
- Τις τοποθετούμε σε [ταψί](#) με αντικολλητικό χαρτί. Μπορούμε να δώσουμε το μέγεθος που εμείς θέλουμε.
- Ψήνουμε για μισή ώρα και αφού τελειώσουν τις αλείφουμε με το πινέλο μας με το σιρόπι.

Συστατικά

Για τη ζύμη

- 300 γρ. αλεύρι σκληρό
- 200 γρ. αλεύρι γ.ο.χ.
- 40 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
- 9 γρ. μαγιά ξηρή
- 1/2 κ.γ. αλάτι
- 1/2 κ.γ. μαστίχα
- 1/2 κ.γ. μαχλέπι
- 1/2 κ.γ. κανέλα
- 350 γρ. νερό, χλιαρό

Για τη γέμιση

- 250 γρ. ταχίни
- 50 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
- 1 κ.γ. κανέλα, σκόνη

Για το σιρόπι

- 240 γρ. νερό
- 200 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
- 1 στικ κανέλα
- χυμό λεμονιού, από 1/2 λεμόνι

Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά 100 γρ.

273 Θερμίδες (kcal)	9.8 Λιπαρά (γρ.)	1.5 Κορ.Λίπη (γρ.)	38.5 Υδατ/κες (γρ.)
14%	14%	7%	15%
18.7 Σάκχαρα (γρ.)	6.4 Πρωτεΐνη (γρ.)	2.4 Φυτικές Ίνες (γρ.)	0.17 Αλάτι (γρ.)
21%	13%	9%	3%