Buñuelos de viento veganos



Consejo del chef

Una vez tengas todos tus buñuelos de viento cociandos, reboza cada uno de ellos con eritritol o azúcar, y disfruta del manjar.

Raciones para 30

- ❏ 200gr
Harina
- ❏ 1
Plátano
- ❏ 30gr
Azúcar
- ❏ 1
Pizca de sal rosa
- ❏ 15gr
Levadura fresca
- ❏ 70gr
Aceite suave
- ❏ Canela en polvo
- ❏ 1
Cucharada de extracto de vainilla
- ❏ 1
Cucharada de ralladura de limón y naranja
- ❏ 1
Cucharadita de anís verde en grano

1. Batimos o machacamos el plátano hasta obtener un puré.
2. En un bol mezclamos la harina con la canela, el anís (previamente molido), el eritritol y la sal.
3. Añadimos el plátano, la vainilla y ralladura de limón y naranja.
4. Amasamos un par de minutos hasta obtener una textura consistente.
5. Incorporamos la levadura fresca desmigada.
6. Cuando la masa adquiera firmeza vamos añadiendo el aceite, poco a poco, sin dejar de amasar hasta integrar.
7. Refrigeramos la masa durante 24 horas en un cuenco, tapada con un paño.
8. Pasado este tiempo formamos bolitas del mismo tamaño y las colocamos en una bandeja engrasada.
9. Dejamos fermentar en un lugar cálido un par de horas.
10. Freímos en sartén o pincelamos con aceite y horneamos a 180o hasta que estén doradas (30 minutos aproximadamente).

Notas del Chef

https://cookinglovers.teka.com/es/receta/bunuelos-de-viento-veganos/