

Cei mai pufoși Mucenici sau Sfințișori – Rețeta Bunicii



Cei mai pufoși Mucenici sau Sfințișori ∞ Rețeta Bunicii



Sub titlul **“Cei mai pufoși Mucenici sau Sfințișori – Rețeta Bunicii”**, veți descoperi secretul din spatele celor mai delicioși și aerisiți sfințișori, o tradiție dulce ce aduce bucurie în casele noastre de fiecare 9 martie. Așadar, pregătiți-vă pentru o călătorie gustativă în trecut, unde ingredientele simple se transformă în magie și amintiri!

Mucenici sau Sfințișori:

- 750 g făină
- 400 ml lapte cald, până în 37 grade Celsius
- 100 g zahăr
- 7 g drojdie uscată
- 3 ouă
- coajă rasă de la o portocală
- coaja rasă de la o lămâie
- 1 fiolă esență de vanilie
- 2-3 g sare
- 300-400 g miez de nucă
- 1 gălbenuș de ou

- 3 linguri lapte
- 1 praf de sare

Pentru sirop:

- 150 g miere
- 150 ml apă caldă

1. Într-un bol mare, amestecă laptele cald cu zahărul și drojdia. Lasă amestecul să activeze pentru 5-7 minute.



2. Adaugă ouăle, coaja rasă de portocală și lămâie, esența de vanilie și amestecă bine.

3. Începe să adaugi făina treptat, până când aluatul începe să se formeze. Spre final, adaugă sarea și frământă aluatul până devine elastic și se desprinde de pe pereții bolului.

4. Lasă aluatul să crească într-un loc cald, acoperit, până își dublează volumul (aproximativ 40-60 de minute).

5. Împarte aluatul crescut în porțiuni egale (aproximativ 140 g fiecare pentru 10 bucăți).



6. Formează din fiecare porțiune un șnur lung pe care îl vei îndoi pentru a forma cifra 8, simbolizând forma tradițională a mucenicilor.

7. Așază mucenicii modelați într-o tavă tapetată cu hârtie de copt și unsă ușor cu ulei.

8. Unge mucenicii cu un amestec de gălbenuș de ou, lapte și sare.



9. Coace în cuptorul preîncălzit la 180°C pentru 20-25 de minute sau până când devin aurii.

10. În timp ce mucenicii sunt încă calzi, periază fiecare cu sirop de miere diluat cu puțină apă caldă.

11. Treci fiecare mucenic prin nucă măcinată pentru a se lipi bine.

