



## DONUTS FLOR

¿Quién no ha disfrutado como un niño alguna vez comiendo un donut?  
Si crees que son bonitos por fuera, espera a probarlos y ver su interior  
... no te lo puedes perder porque son ¡IMPRESIONANTES!.

### Ingredientes

Para 7 donuts (de 52 g cada uno):

- ☐ 200 g harina de trigo
- ☐ 20 g azúcar
- ☐ 2 g sal
- ☐ ½ huevo (= 29 gramos)
- ☐ 10 g levadura fresca de panadería
- ☐ 100 ml leche entera
- ☐ 20 g mantequilla pomada

Para la decoración:

- ☐ Azúcar + canela en polvo
- ☐ Azúcar glas

---

### Elaboración:

1. Poner todos los ingredientes de la masa (incluida la mantequilla) en el bol del robot. No es necesario en este caso disolver la levadura en la leche antes de incorporarla.
2. Mezclar todos los ingredientes con el gancho de amasar hasta obtener una bola regular y homogénea. Este proceso durará 1 ½ - 2 minutos a velocidad mínima.
3. Subir la velocidad y amasar a velocidad alta unos 12 minutos, hasta conseguir una masa sedosa y lisa que se separa completamente de las paredes del bol.



4. Hacer una bola, colocar en un bol ligeramente espolvoreado con harina y tapar con film. Dejar fermentar en lugar cálido hasta que triplique su volumen (aproximadamente 1 ¼ horas).
5. Pasado ese tiempo, sacar la masa del bol y cortar en porciones del tamaño deseado (en este caso salen 7 porciones de 52 - 53 gramos).
6. Bolear y dejar reposar 10 minutos a temperatura ambiente tapado con un paño.
7. A continuación, aplastar con la mano y enrollar la masa sobre sí misma, sellando bien con los dedos para formar un rulo compacto.
8. Con las palmas de las manos estirar cada rulo hasta una longitud de 50 cm.
9. Para formar la flor, entrelazar delicadamente la masa como si fuera un lazo y sellar los extremos para que no se abran durante la fritura.
10. Colocar los donuts en una bandeja sobre papel vegetal separados entre sí.
11. Dejar fermentar cubiertos con un paño en lugar cálido hasta que dupliquen su volumen.
12. Introducir los donuts en abundante aceite a 160°C-165°C. Freír por ambos lados hasta que estén dorados.
13. Sacar del aceite, colocar sobre papel absorbente para retirar el exceso de grasa y rebozar en azúcar, azúcar y canela en polvo o espolvorear con azúcar glas.



## Tips, Consejos y Trucos

- Sobre todo no añadir más harina. Al principio la masa será algo pegajosa, pero a medida que vayamos trabajándola se volverá más manejable, hasta que se despegue completamente de las paredes y la base del bol.
- Fermentar dentro del horno. Para conseguir la temperatura adecuada de fermentación en invierno, introducir en horno precalentado a 30°C y apagar para que mantenga el calor necesario.
- Se deben estirar los rulos en varias etapas para que la masa se relaje y no se contraiga al estirla. Hay que alternar los amasados y los reposos.
- Al realizar la flor no estirar la masa o quedará un rulo de grosor irregular y la flor no será tan bonita.
- Pinzar los dos extremos con los dedos para que no se abra y mantenga su forma durante la fritura.
- Introducir los donuts en el aceite sobre un cuadrado de papel vegetal. Son tan tiernos que, si se intentan manipular con las manos después de la fermentación en piezas se deformarán sin lugar a dudas.
- Retirar delicadamente el papel vegetal con unas pinzas tras unos segundos dentro del aceite.
- Freír en aceite vegetal en lugar de aceite de oliva para no aportar un sabor demasiado intenso a los donuts.
- La temperatura del aceite debe ser 160°C-165°C. Si el aceite está demasiado caliente los donuts se dorarán demasiado rápido por fuera y estarán crudos por dentro. Por el contrario, si el aceite está demasiado frío, los donuts tardarán demasiado en dorarse y quedarán aceitosos.
- Comer recién hechos. Es un producto de bollería y por tanto va perdiendo ternura a medida que pasan las horas. Pero ¿quién puede resistirse a la tentación?.