

Pączki z tofu i mlekiem sojowym

O pączkach wegańskich mówi się wiele, niekoniecznie prawdziwych rzeczy. Wbrew powszechnej opinii przygotowanie ciasta na bazie mleka sojowego ani nie nastręcza nadzwyczajnych trudności, ani nie jest wyjątkowo wyczerpujące, a pączki po wypieczeniu trudno odróżnić w smaku i z wyglądu od domowych. Są puszyste, tłuste i naprawdę smaczne.

RECEPTURA NA 25 SZTUK

Składniki

- 1 kg mąki
- 2/3 szklanki oleju
- 0,5 l mleka sojowego
- 2/3 lub 1/2 szklanki słod (cukier, fruktoza lub inne)
- 100 g drożdży
- 1 opakowanie (150-200 g) sera tofu
- 1 kieliszek (lub 2-4 łyżki) alkoholu (spirytus, wódka, rum) lub octu

Nadzienie

dżem, marmolada lub czekolada bezmleczna

Przygotowanie

W oddzielnych rondelkach podgrzewamy olej oraz mleko sojowe z cukrem. Do drożdży dodajemy 5 łyżek ciepłego mleka,

rozrabiamy i odstawiamy zaczyn w ciepłe miejsce na 10-15 minut. Następnie dodajemy rozdrobniony ser tofu i mieszamy. Wyrabiamy ciasto, stopniowo dodając mąkę, mleko oraz podgrzany olej – składniki dodajemy w małych ilościach na przemian i ugniatamy, aż ciasto w miarę nie będzie przyklejać się do rąk. Podczas wyrabiania dodajemy alkohol lub ocet.

Ciasto dzielimy na nieduże kęsy, ugniatamy przez chwilę, żeby łatwiej się zlepiły. Nadziewamy dżemem, marmoladą lub czekoladą bezmleczną, skleamy i formujemy kulki, delikatnie je spłaszczając. Uformowane pączki odstawiamy do wyrośnięcia na ok. 15-30 min.

Rozgrzewamy olej – temperatura tłuszczu nie może być zbyt wysoka, żeby pączki nie spaliły się na zewnątrz. Pączki smażymy z obu stron na złoty kolor.