

# Mucenici cu aluat oparit

written by Andreea



Mucenici cu aluat oparit sunt mucenici moldovenesti cu aluat de cozonac, foarte pufosi, insiropati cu sirop de portocala si lamaie, unsi cu miere si tavaliti prin nuca prajita si macinata.



## Mucenici cu aluat oparit

In ultimii ani la noi acasa am inceput sa fac din ce in ce mai mult mucenici moldovenesti, desi nu renuntam in niciun caz la mucenicii muntenești. Daca ar fi sa ma intrebati pe mine, de fapt, nu cred ca as putea sa aleg intre ei. Pentru ca fiecare fel are o aroma aparte si textura diferita.

Anul acesta am decis sa fac mucenicii moldovenesti cu aluat oparit si foarte bine am facut! Au iesit niste mucenici ataaat de pufosi si de gustosi incat nu cred ca ma mai intorc la aluatul clasic! Cu siguranta ati mai auzit de aluatul oparit, am mai vorbit despre el atunci cand am postat faimoasa reteta de cozonac cu aluat oparit.

Daca doriti sa faceti totusi reteta clasica de mucenici moldovenesti, o gasiti si pe ea pe blog. Pornind de la acea reteta, am creat si reteta mea de astazi de mucenici cu aluat oparit. Tot in aceasta reteta am folosit si faina pentru cozonac Baneasa, o faina pe care o recomand mereu cu caldura! Am testat-o si cu alte ocazii si rezultatul a iesit perfect de fiecare data!

Tot pe blog gasiti si reteta mea de mucenici muntenești.

Nu uitati ca ma puteti gasi si pe Instagram pentru alte retete

si Stories dragute :).



- Ingrediente:
- 600 g faina pentru cozonac Baneasa
- 10 g drojdie uscata
- 70 g zahar
- 3 galbenusuri de ou
- 1 lingurita sare
- coaja rasa de la 1 portocala bio
- zahar vanilat
- 250 ml lapte cald
- 120 g unt moale 82% grasime
- *pentru uns:*
- 1 galbenus de ou
- 1 lingura de lapte
- *pentru sirop:*
- 600 ml apa
- 200 g zahar
- coaja de la 1 lamaie bio
- coaja de la 1 portocala bio
- 1 pastaie de vanilie
- *pentru finisat mucenicii:*
- 70 g miere
- 150 g nuca prajita si macinata

*Pregatiti aluatul oparit:* intr-o craticioara adaugati 50 g faina din cantitatea indicata peste care turnati incet 100 ml lapte din cantitatea indicata. Cu ajutorul unui tel omogenizati bine avand grija ca faina sa nu formeze cocoloase. Puneti craticioara pe foc si lasati sa se gateasca impreuna amestecand incontinuu pana ce obtineti o pasta lipicioasa. Luati pasta de pe foc si lasati sa se raceasca complet.



*Pregatiti aluatul cu drojdie:* Intr-un castron adaugati galbenusurile impreuna cu zaharul si zaharul vanilat si

amestecati totul bine pana ce zaharul s-a topit si galbenusurile s-au deschis la culoare.



Adaugati tot aluatul oparit si amestecati din nou pana ce este complet incorporat.



Continuati cu laptele cald si amestecati din nou.



Cerneti o parte din faina peste amestecul de galbenusuri, apoi adaugati drojdia uscata.



Adaugati treptat restul de faina pana ce este toata incorporata. Incepeti si framantati pana obtineti un aluat moale. Adaugati cate o bucata de unt in timp ce framantati, pana obtineti un aluat neted si moale.



Ungeti cu putin ulei un castron incapator si puneti in el aluatul, acoperiti castronul cu folie alimentara si lasati aluatul sa dospeasca la loc cald pentru 2 ore. Alternativ, puteti face aluatul de seara si sa il lasati la frigider sa dospeasca pentru 24 de ore.



Faceti siropul: In momentul folosirii siropului acesta trebuie sa fie rece. Puteti face siropul si cu o zi inainte de a face mucenicii. Intr-o craticioara puneti apa si zaharul si lasati sa fiarba la foc mic pentru 10 minute. Cu ajutorul unui cutit sau a unui curatator de cartofi taiati coaja de portocala si cea de lamaie ca si cum ati coji un mar. Incercati pe cat posibil sa nu taiati si partea alba a citricelor, altfel siropul va deveni amar. Stingeti focul si adaugati coaja de lamaie si coaja de portocala. Apoi adaugati pastaia de vanilie taiata in doua pe lungime. Lasati sa se raceasca complet.



Modelati mucenicii: dupa ce aluatul a dospit si si-a triplat volumul, scoateti-l din castron, framantati-l 1-2 minute ca sa scoateti aerul format dupa care puteti incepe sa formati mucenicii.



Pentru a avea mucenici egali, este bine sa cantariti bucatile de aluat. Cantariti bucati de aluat de cate 70-80 grame, apoi dati forma rotunda fiecarei bucati de aluat. Puneti toate bilele inapoi in bol si acoperiti-le cu folie alimentara pentru a nu se usca.



Luati o prima bila de aluat, rulati-o intr-un sir lung, uniti capetele sirului, sigilati bine aluatul, dupa care indoiti cercul si formati cifra 8. Puneti mucenicii formati pe o tava acoperita cu hartie de copt si lasati-i la dospit pentru 20-30 de minute.



Coaceti mucenicii: incingeti cuptorul la 175 grade Celsius. Cand mucenicii au dospit, ungeti-i cu galbenusul amestecat cu lapte. Dati mucenicii la cuptorul incins pentru 15-20 de minute pana sunt rumeni.



Cat mucenicii sunt calzi intepati-i la suprafata cu o scobitoare din loc in loc si puneti-i cu fata in jos in siropul rece ca sa se insiropeze. Lasati mucenicii la insiropat cate 10-15 secunde, nu prea mult ca sa nu se inmoaie prea tare.



Lasati mucenicii inapoi in tava cateva minute ca sa traga siropul, dupa care ii ungeti cu o pelicula subtire de miere.



Mucenici cu aluat oparit

Mierea nu doar ca da un gust dulce si bun pe deasupra, dar actioneaza si ca un lipici si ajuta nuca macinata sa stea bine pe mucenici si sa nu cada. La final, presarati nuca prajita si macinata peste mucenici.



Mucenici cu aluat oparit

Puteti servi mucenicii imediat. Rezista foarte bine doua-trei zile la temperature camerei, acoperiti cu folie alimentara.



Mucenici cu aluat oparit

Cu toate acestea, va spun ca la noi in casa nu rezista mai mult de 2 zile caci se mananca mai repede ca painea calda.



Mucenici cu aluat oparit

Sunt pufosi, deliciosi, atat cat trebuie de insiropati. Sunt perfecti!



Mucenici cu aluat oparit