

# Cinnamon Rolls {Espirales de Canela}

## Ingredientes:

### Para las espirales:

240 ml. (1 cup) de leche entera o semidesnatada  
60 ml ( $\frac{1}{4}$  cup) de aceite de girasol  
50 g ( $\frac{1}{4}$  cup) de azúcar blanco  
8 gr. de levadura de panadería fresca o prensada  
290 g (2 cups + 30 g) de harina de trigo normal (+ harina extra para espolvorear)  
 $\frac{1}{4}$  cucharadita de levadura química (tipo Royal)  
 $\frac{1}{4}$  cucharadita de bicarbonato sódico  
 $\frac{1}{2}$  cucharadita de sal

(para 12 espirales aprox.)

### Para el relleno:

30 g (2 cucharadas) de manteguilla sin sal (derretida y templada)  
50 g ( $\frac{1}{4}$  cup) de azúcar blanco  
3 cucharaditas de canela de Ceylán molida

### Para la glasa:

60 g ( $\frac{1}{2}$  cup) de azúcar glass  
3 cucharadas de sirope de arce

## Elaboración:

### De las espirales:

1. Ponemos en un cazo a fuego lento la leche, el aceite y el azúcar, lo vamos mezclando con unas varillas justo hasta que llegue al punto de ebullición pero sin dejar que hierva. Retiramos del fuego, trasladamos al cuenco de nuestra amasadora/un cuenco grande y dejamos enfriar durante unos 30-45 minutos o hasta que se temple.
2. Mientras esperamos, en un cuenco mediano tamizamos los 260 g (2 cups) de harina y reservamos.
3. Una vez templada la mezcla de leche, aceite y azúcar (templada, no caliente; ha de estar sólo tibia al tacto), desmenuzamos la levadura fresca y se la agregamos. Removemos hasta que se disuelva y dejamos reposar 1 minuto.
4. Añadimos la harina previamente tamizada y mezclamos hasta que quede una masa homogénea (aunque pegajosa). Tapamos con film transparente y dejamos fermentar en un lugar cálido alejado de las corrientes durante 1- $\frac{1}{2}$  horas o hasta que doble su volumen.
5. Durante esta espera, tamizamos juntos la harina restante (30 g), la levadura química, el bicarbonato sódico y la sal (podemos utilizar el mismo cuenco de antes). Reservamos.
6. Combinamos en un cuenco pequeño el azúcar y la canela y reservamos.
7. Engrasamos el molde.
8. En otro cuenco pequeño podemos ir derritiendo ya la manteguilla (sólo derretir, no ha de quemarse) y dejamos que se temple.
9. Una vez finalizado el levado de la masa, añadimos el resto de la harina reservada (tamizada junto con la levadura química, el bicarbonato sódico y la sal) y

mezclamos suavemente con una espátula de silicona hasta que quede todo bien integrado.

10. Nos enharinamos bien las manos y trasladamos la masa (al principio pegajosa aún) a una superficie también enharinada. La amasamos ligeramente a mano (doblándola desde los bordes hacia el interior) hasta que adquiera una consistencia algo elástica y entonces la estiramos con un rodillo, igualmente enharinado (si la masa se contrae al estirla, la dejaremos levar  $\frac{1}{2}$  hora más). Formamos entonces un rectángulo con unas dimensiones de unos 40x15 cm aproximadamente y de 1 cm de grosor. Podemos ir añadiendo harina para que la masa no se nos pegue a las manos, a la superficie o al rodillo, pero sólo la necesaria; no queremos que nuestros rolls queden excesivamente pesados.

11. Con un pincel de silicona, repartimos la manteguilla derretida por toda la superficie de la masa dejando 1 cm. de margen por el lado ancho más cercano a nosotros y espolvoreamos la mezcla de azúcar y canela sobre la manteguilla.

12. Enrollamos ahora la masa empezando por el lado ancho más alejado de nosotros apretando ligeramente (pero sin compactar) hasta enrollar toda la masa. Para sellar el rollo podemos pasar un pincel mojado en agua por el centímetro que hemos dejado libre y pegamos.

13. Con un cuchillo bien afilado cortamos los rolls de unos 2-3 cm. de ancho y los vamos colocando en el molde, dejando una separación entre ellos de unos 2-2,5 cm.

14. Tapamos el molde con film transparente y dejamos fermentar de nuevo 30 minutos.

15. Mientras esperamos, precalentamos el horno (eléctrico) a 190°C y colocamos la rejilla a media altura.

16. Horneamos los cinnamon rolls durante unos 15 minutos o hasta que queden dorados.

17. Retiramos del horno y los dejamos templar en el molde sobre una rejilla. Mientras tanto, preparamos la glasa.

### De la glasa:

1. En un cuenco pequeño tamizamos el azúcar glass.

2. Añadimos el sirope de arce y mezclamos hasta obtener una mezcla homogénea y algo espesa.

3. Vertemos la glasa sobre los cinnamon rolls templados y nos los comemos aún calentitos.

Rosa M Lillo 