

Reteta de rulada - cozonac, fara coacere



TIMP PREGĂTIRE

10 min

TIMP GĂTIRE

15 min

PORȚII

8 pers

CALORII

100 kcal

● Ingrediente

200g fulgi de ovaz

50g faina de migdale

60ml sirop de artar

4 linguri unt de migdale

80ml lapte de caju

1 lingura extract pur de vanilie

● Mod de preparare

01 Pasul 1

Intr-un [blender bun](#) pui toate ingredientele si le mixezi pana formezi o compozitie omogena pe care o intinzi pe o hartie de copt si o presezi bine (*cu o lingura sau daca iti e mai usor, poti folosi o alta hartie de copt pe care o pui peste si o intinzi cu facaletul*).

02 Pasul 2

Intr-un blender sau vas inalt, amesteci toate ingredientele si le pui deasupra blatului, intinzi bine si cu grija, strangi tot, formand o rulada, pe care o dam la congelator pentru aproximativ 30-45 de minute sau la frigider peste noapte.