Gesztenyés, diós és mákos tekercs (bejgli):

6 rúdhoz:

750 g fehér liszt (bármilyen nyújtható gluténmentes liszt vagy lisztkeverék)
150 g olaj (hidegen préselt)
2,5 dl növényi tejszín vagy joghurt
150 g fruktóz vagy egyéb édesítő
20 g vaníliás cukor
45 g, kb. 3 evőkanál nyílgyökér liszt
1 csipet só
1 evőkanál almaecet
10 g, azaz kb. 3 teáskanálnyi bio sütőpor vagy szódabikarbóna
50 g élesztő (hozzá pici cukor; teljesen elmaradhat az élesztő a cukorral)

Összeállításhoz: kevés szobahőmérsékletű növényi tej (kb. 1,4 dl)

Kenéshez: kevés rizstej (vagy egyéb növényi tej)

Megmelegítjük a növényi tejszínt, belemorzsoljuk a élesztőt, hozzáadjuk a cukrot és hagyjuk kissé felfutni.

A hozzávalókat egy tálba tesszük, hozzáadjuk a felfutott élesztőt és a növényi tejjel könnyen gyúrható, a tál falától elválló tésztát kapunk.
Mérleg segítségével 6 egyenlő részre osztjuk, fóliával letakarva fél órát pihentetjük.

Töltelékek: gesztenyés, diós és mákos – érdemes eleve minden tölteléket 2-2 külön adagban készítni, hogy egyből kenhető legyen a kinyújtott felületre.

Gesztenye töltelékhez:

300 g natúr gesztenyemassza (csak gesztenyéből)
100 g édesítő (bármilyen cukor vagy szirup)
kb. 1 dl szűretlen almalé
80 g bio mazsola
2 evőkanál rumaroma
½ kiskanálnyi őrölt fahéj
(ha szükséges, kevés növényi tej)
A hozzávalókat összekeverjük, a töltelék aránylag laza, könnyen kenhető legyen.

Diós töltelékhez:

400 g darált dió
100 g édesítő (bármilyen cukor vagy szirup)
kb. 1 dl szűretlen almalé
80 g bio mazsola
2 evőkanál rumaroma
20 g vaníliás cukor
½ kiskanálnyi őrölt fahéj
(ha szükséges, kevés növényi tej)
Egy lábosban (érdemes a két a adagot külön-külön) állandó keverés mellett összemelegítjük a hozzávalókat. A töltelék aránylag laza, könnyen kenhető legyen.

Mákos töltelékhez:
300 g darált mák
100 g édesítő (bármilyen cukor vagy szirup)
kb. 1 dl szűretlen almalé
80 g bio mazsola
2 evőkanál málna lekvár (vagy egyéb gyümölcs lekvár)
1 bio citrom lereszelt héja
1 bio citrom kicsavart leve
2 evőkanál rumaroma
(ha szükséges, kevés növényi tej)
Egy lábosban (érdemes a két a adagot külön-külön) állandó keverés mellett összemelegítjük a hozzávalókat. A töltelék aránylag laza, könnyen kenhető legyen.

A tekercsek elkészítéséhez:
Lisztezett gyúródeszkán a tésztákat egymás után kinyújtjuk kb. 5 mm vékonyra, kb. 20x30 cm-esre, majd a szélektől 2-2 cm-re felkenjük, rásimítjuk a töltelékeket, a hosszabb széltől indulva feltekerjük a rudakat, a végeiket be- és aláhajtogatjuk, sütőpapírral bélelt tepsiben fél órát letakarva pihentetjük.

Sütés előtt megkenjük rizstejjel a rudakat, átszurkáljuk a tésztát (villával vagy fa fogvájóval), előremelegített sütőben 150 fokon 45 perc alatt arany barnára sütjük. Ha kivettük a sütőből, újból megkenjük rizstejjel a rudakat és hagyjuk kihűlni. Ha kihűltek szeletelhetjük.