

# Roulés à la cannelle (« cinnamon rolls »)

Retrouvez toutes les recettes de  
Marielle sur notre blog de cuisine :  
[www.cuisine-moi-un-fenouil.fr](http://www.cuisine-moi-un-fenouil.fr)



1 heure



15-20 minutes



15+ roulés

## INGRÉDIENTS

Pour la pâte :

- 400 g de farine de blé\* T65
- 16 g de levure fraîche\*
- 5 cl d'eau
- 10 cl de boisson végétale (avoine\*, riz...) + 3 c à s pour badigeonner
- 60 de beurre\* doux
- 1 œuf\*
- 1 pincée de sel
- 20 g de sucre de canne
- 1 sachet de sucre vanillé

Pour la garniture :

- 60 g de beurre\* doux
- 30 g de sucre de canne
- 3 c à s de cannelle (ou 3 c à s de mélange d'épices de Noël)

\*peut contenir des allergènes

1. **Réaliser la pâte** : faire tiédir la boisson végétale et l'eau, verser le tout dans un bol et ajouter la levure, une cuillère à café de sucre et une cuillère à café de farine.
2. Remuer pour diluer la levure, puis couvrir et laisser travailler au moins 15 minutes près d'une source de chaleur : le mélange doit mousser et augmenter de volume.
3. Dans un saladier, mélanger la farine, le sucre, le sucre vanillé et le sel.
4. Ajouter la levure et mélanger à nouveau.
5. Ajouter l'œuf battu et les dés de beurre mou, puis commencer à pétrir. Sortir la pâte du saladier et la travailler sur un plan de travail fariné jusqu'à ce qu'elle soit bien souple.
6. Former une boule, la placer dans le saladier, la couvrir d'un linge propre et la laisser monter dans un endroit chaud (un four tiède) jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume.
7. **Façonner les roulés** : préchauffer le four à 200°C. À l'aide d'un rouleau à pâtisserie, étaler la pâte sur un plan de travail fariné pour lui donner une forme de rectangle.
8. Mélanger le beurre mou, le sucre et les épices, puis étaler cette préparation sur la pâte.
9. Rouler la pâte, découper des escargots, les déposer sur une plaque recouverte de papier cuisson et les badigeonner de boisson végétale.
10. Cuire entre 15 et 20 minutes à 180°C : les roulés doivent être dorés.



**FENOUIL SARGÉ**  
du lundi au samedi  
de 9h à 19h  
ZAC de la Pointe  
02 43 81 87 71

**FENOUIL UNIVERSITÉ**  
du lundi au samedi  
de 9h à 19h  
22 bd. Louis Leprince-Ringuet  
02 43 88 36 70

**FENOUIL RÉPUBLIQUE**  
du lundi au samedi  
de 9h30 à 19h30  
1 b rue Gambetta  
02 85 29 15 80

**FENOUIL ATLANTIDES**  
du lundi au samedi  
de 9h30 à 19h30  
6 avenue d'Hauouza  
02 85 29 29 69

**FENOUIL ANTARÈS**  
du lundi au samedi  
de 9h à 19h  
Giratoire de César  
02 43 78 93 82