



**Ingredienti per 8 krapfen**

200 g di farina integrale di grano tumminia  
200 g di farina di grano duro  
1 cubetto di lievito di birra (25 g)  
2 cucchiaini di zucchero di canna integrale  
250 ml di latte di soia tiepido  
5 cucchiai di olio evo  
2 cucchiaini di sale

**Per la farcitura**

**Ingredienti per la crema**

20 g di cacao amaro  
65 g di zucchero di canna integrale  
350 ml di latte di soia

3 cucchiaini di maizena

### **Preparazione**

Iniziamo dall'impasto: versiamo il latte tiepido in una ciotola con lo zucchero e sbricioliamo il lievito, mescoliamo con una frusta manuale e copriamo per 15 minuti lasciando fermentare.

Nel frattempo in una ciotola più grande prepariamo le farine con il sale e l'olio dentro alla quale, dopo i 15 minuti di fermentazione, aggiungeremo gli ingredienti preparati precedentemente.

Mescoliamo energicamente per 10-15 minuti e poi dividiamo l'impasto in 8 palline tonde uguali, sigilliamo con della pellicola per alimenti e sopra un panno di cotone pulito e lasciamo lievitare per 1 ora e 30 prima di friggere in olio di semi caldo (io ho usato quello di girasole) per pochi istanti, da un lato e dall'altro.

Una volta fritti poniamoli a riposo qualche istante su della carta assorbente per alimenti.

Mentre le nostre palline di impasto lievitano possiamo dedicarci alla preparazione della crema al cacao: in un pentolino mescoliamo fuori dal fuoco insieme zucchero, maizena e cacao, aggiungiamo piano piano il latte mescolando con una frusta manuale.

Quindi mettiamo sul fuoco dolce e sempre con la frusta manuale, delicatamente mescoliamo per far rassodare la nostra crema, finché non raggiungeremo la densità ideale per farcire le nostre krapfen (dovrà essere un po' gelatinosa).

Ora farciamole dalla parte inferiore creando un piccolo buco ed utilizzando sempre un sac a poche o una siringa per dolci.

Se vogliamo spolverizziamo con dello zucchero a velo e buon divertimento!