



unikarina

- en kreativ verden fyldt med
syning, strik, filt og mange andre
kreative syslerier...

BOLLER MED BRÆNDNÆLDE - © unikarina 2010

Udarbejdet af www.unikarina.dk. Denne PDF er kun til privat brug. Jeg gør opmærksom på, at jeg i de fleste tilfælde ikke har udarbejdet opskriften selv, men har fundet den på min vej i maduniverset. God fornøjelse...





BOLLER MED BRÆNDNÆLDE - © unikarina 2010

Udarbejdet af www.unikarina.dk. Denne PDF er kun til privat brug. Jeg gør opmærksom på, at jeg i de fleste tilfælde ikke har udarbejdet opskriften selv, men har fundet den på min vej i maduniverset. God fornøjelse...

Ingredienser:

½ l Acido eller Yoghurt

½ l Vand, varmt

50 g Gær

½ dl Solsikkeolie

1tsk Salt

2 dl Majsgryn

1½ dl Solsikkekerner

1½ dl Brændnældethe

ca. 800 g Sigtet speltmel



Acido blandes med det varme vand, bliver lunken og klar til gæren, som røres ud heri. Tilsæt olie og salt.

Majsgryn, solsikkekerner og brændnældethe tilsættes.

Røres sammen, før melet lidt efter lidt blandes i.

Rør til en ensartet dej, som ikke må blive for tør eller for fugtig.

Hæver under fugtigt klæde til dobbelt størrelse.

Dejen slås ned. Tilsæt evt. mere mel. Formes til boller eller franskbrød – alt efter smag og behag.

Efterhæver mens ovnen varmer op.

Pensles med vand.

Bages, som boller, i ca. 18 – 20 min. ved 200°C. Hvis det bages som franskbrød skal det have længere tid. Brødet er klart, når det lyder hult, når man banker let på det.

Af ovenstående portion bliver der ca. 24 boller eller 2 franskbrød

God fornøjelse...