

Glutenfri boller

Opskrift til 7 hveder

Glutenfri varme hveder som simpelthen bare blev så gode. De er helt bløde, og de smager vildt godt af fødselsdagsboller med smør og kardemomme.

Forberedelsestid

15 min

Tilberedelsestid

50 min

Samlet tid

1 times tid

Ingredienser

- 3 dl havredrik eller almindelig mælk
- 50 g smør
- 25 g gær
- 1 spsk agavesirup, honning eller sukker
- 20 g loppefrøskaller (den grønne pakke HUSK)
- 1 tsk salt
- 1 tsk kardemomme
- 140 g rismel
- 110 g sorghummel
- 1 æggeblomme til pensling

Sådan gør du

1. Lun havredrik og smør i en skål i mikrobølgeovnen eller i en gryde. Kun til det bliver lunt, hellere lidt koldere end lunt, da det også får lidt varme af at blive rørt i maskinen
2. Kom det i en røremaskine sammen med gær og kør rundt til gæret er opløst
3. Kom så agavesirup og loppefrøskaller ved og giv det 7-8 minutter, til det har en gele-agtig konsistens
4. Kom efterfølgende salt, kardemomme og mel i og rør i yderligt 5 minutter
5. Form 7 boller ved at presse dem let sammen og læg dem på en bageplade
6. Kom vitavrap over og et viskestykke - lad dem hæve i 30 min. Tænd imens ovnen på 200 grader varmluft
7. Pensl med 1 æggeblomme og bag dem i 20 minutters tid til de er gyldne og hårde under bunden