

Glutenfrie gulerodsboller

Opskrift til 12

Ingredienser

- 25 g gær
- 5 dl lunken vand
- 20 g husk loppefrøskaller
- 1 tsk. salt
- 1 spsk. honning
- 50 g smeltet smør
- 50 g solsikkekerner
- 30 g græskarkerner
- 50 g (glutenfrie) havregryn
- 100 g revet gulerod
- 400 g mel glutenfri mel (havremel + sorghummel)
- 1 æg til pensling

Sådan gør du

1. Kom vand og gær i en skål eller røremaskine (jeg brugte en røremaskine) og rør til gæret er opløst
2. Kom loppefrøskaller i og giv det 10 minutter på røremaskinen, til det har en gele-agtig konsistens. Du kan også bruge en elpisker, hvis du ikke ejer en røremaskine.
3. Kom så salt, honning, smeltet smør, kerner, havregryn og revet gulerod ved og rør igen, bare lige til det er blandet
4. Kom mel ved og rør igen til dejen er samlet
5. Form 10 boller og kom dem på en bageplade beklædt med bagepapir – du kan evt. glatte overfladen af bollerne med våde hænder
6. Kom et stykke husholdningsfilm over efterfulgt af et viskestykke. Lad bollerne hæve i 40 minutter, tænd imens ovnen på 200 grader varmluft
7. Pisk ægget sammen i en lille skål med en gaffel og pensl bollerne
8. Bag dem i ovnen i 15-20 minutters tid til de er gyldne og sprøde under bunden