

Rødbedeboller

Ingredienser

Rødbedeboller

- 1 dl vand
- 1 tsk. bagepulver
- 2 tsk. salt
- 2 æg
- 1 dl rødbedejuice (jeg brugte en rest af en juice som jeg pressede for leden), men 1 revet rødbede vil også kunne gøre det. Så behøver du bare knap så meget mel.
- 1,5 dl blandede kerner og frø (jeg brugte solsikkekerner, græskarkerner, hvedekerner og rugkerner)
- ca. 1 dl grahamsmel
- ca. 2 dl hvedemel

Nøddeblanding

- 2 spsk græskarkerner
- 2 spsk mandler
- 2 spsk solsikkekerner
- 2 spsk sesam
- 2 spsk hørfrø

Sådan gør du

Rødbedeboller

1. Bland blot alle ingredienser i en skål og rør godt. Dejen skal være godt klistret, så den minder om en fast grød. Hvis du mangler vand eller mel tilføjes dette blot, så konsistensen opnås.
2. Tildæk skålen med et vådt viskestykke og stil dejen på køl i nogle timer (jeg lavede dejen om aftenen og lod den stå til næste morgen) Men et par timer skulle gerne kunne gøre det.
3. Næste morgen/ nogle timer efter tages dejen ud og en nødde-kerne blanding laves.

Nøddeblanding

1. Hak græskarkerner og mandler og tilføj solsikkekerner, sesam og hørfrø til blandingen.
2. Rod kernerne sammen og tag en stor spsk af dejen og kom den ned i kerneblandingen. På den måde kan du let lige vende den klistrede "dej-klat" rundt i kernerne, så den dækkes helt.
3. Kom den over på et stykke bagepapir og gentag.
4. Når alle bollerne er formet og vendt i kerner, bages de i ovnen ved 180 grader (jeg brugte varmluft) – i ca. 25 minutter.