

BOLLER MED GRÆSKARKERNER

Disse luftige boller med græskarkerner har en dejlig sej skorpe, og de smager helt fantastisk med lidt smør til. De kan holde sig i 2-3 dage, hvis du kommer dem i en plasticpose, og de kan også fryses.

•

Til

- 25 g gær
- 10 g salt
- 15 g sukker
- 5 ½ dl vand (stuetemperatur)
- 100 g fuldkornshvedemel
- 50 g havregryn
- 50 g græskarkerner
- 600 g hvedemel

Bland gær, salt og sukker, og rør rundt, til gæren er "smeltet". Tilsæt vand.

Tilsæt fuldkornshvedemel, havregryn og græskarkerner og rør rundt, til du har en ensartet grød.

Tilsæt hvedemelet lidt ad gangen. Hold dog noget af melet tilbage, så du kan ælte dejen på bordet. Den må gerne være lidt våd i det, men den skal kunne slippe fingrene.

Form dejen til boller, og sæt dem til at hæve på en bageplade eller to.

Lad dem hæve til dobbelt størrelse og bag dem derefter ved 230 grader i 15-20 min. Hvis du ønsker en sej skorpe, kan du med fordel komme ½ dl vand i bunden af ovnen, når du sætter bollerne ind.

Hvis du har lavet flere plader, skal du bage pladerne én ad gangen.

Server dine boller med græskarkerne lune, evt. med smør og ost til.

