

SAFTIGE GULERODSBOLLER

I disse saftige gulerodsboller er gulerødderne med til at give en svampet konsistens og en flot orange farve. Bollerne kan bruges til f.eks. morgenmad, til madpakken eller som en lille snack.

•

Til

- 5 dl mælk
- 1 dl vand
- 50 g gær
- 1 tsk salt
- $\frac{1}{2}$ spsk honning
- ca. 250 g gulerødder
- 3 dl havregryn
- $2 \frac{1}{2}$ dl fuldkornshvedemel
- ca. 14 dl hvedemel
- æg (eller mælk til pensling)

Varm mælk og vand i en gryde, til det er fingervarmt (ca. 37 grader).

Smuldr gæren i en skål, og tilsæt det lune mælk og vand. Rør rundt til gæren er opløst. Bland salt og honning i.

Skræl gulerødderne, og riv dem groft på et rivejern. Bland det sammen med væsken.

Kom havregryn og fuldkornshvedemel i, og kom derefter hvedemelet i lidt efter lidt. Ælt dejen godt igennem i hånden eller med en røremaskine. Tilpas mængden af mel, så dejen forbliver let klistret – den bliver mindre klistret efter hævnings.

Læg et viskestykke over dejen, og lad den hæve til dobbelt størrelse i ca. 1 times tid.

Del dejen i 16 lige store stykker, og form dem til boller. Brug lidt ekstra mel, hvis dejen er for klistret – brug dog ikke for meget, da bollerne så bliver tørre.

Læg bollerne på en bradepande med bagepapir, og lad dem hæve tildækket i ca.

30 minutter.

Pensl bollerne med et pisket æg eller lidt mælk, og bag dem i ca. 15 minutter ved 220 grader.

