

THOROLFS OVNBRØD & KAGER

Mettes Havreboller

Ingredienser:

2 dl lunken vand
50 g gær
1 tsk salt
0,75 dl rapsolie
400 g hvedemel
300 g havregryn
130 g grahamsmel
5 dl mælk

Fremgangsmåde:

Opløs gæren i det lunkne vand. Hæld mel, salt og olie i den opløste gærblending. Bland havregryn, grahamsmel og mælk i en gryde og lun grøden til den er ensartet. Grøden skal ikke være for varm. Arbejd grøden ind i dejen til konsistensen er blød og let fugtig. Det er nemmest at bruge en røremaskine. Dejen overdækkes med et klæde og hæver til dobbeltstørrelse et lunt sted i ca. 45 min. Tænd ovnen 250°C. Form dejen til 30 boller uden at presse luften ud. Efterhæv på plade i 15 min. Pensl med mælk og bag 10-15 min til de er lysebrune og lyder hule, når der bankes på dem. Afkøl på bagerist.

Mettes snegle med kokos/æble/daddelfyld

Ingredienser:

1 x dej til havreboller
Fyld:
1 revet æble, ca. 120 g
250 g tørret dadel, blendet (Hvis dadlerne er for hårde og tørre, kan de med fordel sættes i blød i æblejuice en dag eller to i forvejen)
100 g kokosmel
1 ½ dl vand

Fremgangsmåde:

Dej som til havreboller. Mens dejen hæver tilberedes fyldet. Revet æble, fintblendt dadel, kokosmel og vand kommes i en gryde. Ingredienserne koges sammen til en ensartet masse. Tag gryden af varmen. Drys mel på bordet og rul dejen ud efter hævning, til en firkant på 25x60 cm. Smør fyldet på dejen i et jævnt tyndt lag og rul sammen fra den brede ende. Skær rullen i ca. 40 skiver og sæt sneglene på bageplade. Efterhæv i ca. 15 min. Bag midt i en forvarmet ovn ved 225°C i 10-15 min. Afkøl på bagerist.

THOROLF S OVNBRØD & KAGER