

RUNDSTYKKER

Disse grove rundstykkene kan varieres ved at deigen blir tilsatt solsikkekjerner eller sesamfrø. Tørkede urter, for eksempel 1–2 ts timian, oregano eller basilikum, smaker også godt.

Strø gjerne litt krydder, frø eller havregryn over før du steker rundstykkene. Bruk litt ekstra hvetemel dersom deigen blir bløt.

Ingredienser (ca. 20 porsjoner):

1 pakke gjær

6 dl vann/lettmelk, lunken

1 ts salt

3 ss olje

3 dl havregryn

6 dl sammalt hvete, grov

6 dl hvetemel

Prosjoner = antall rundstykker

brød og rundstykker // enkel



Slik gjør du

1. Smuldre gjæren i en bakebolle, hell litt av den lunkne væsken (37 °C) over og rør ut gjæren. (Dersom du bruker tørrgjær, blandes denne med melet)
2. Ha i resten av væsken og oljen.
3. Rør inn salt, havregryn og alt det grove melet.
4. Tilsett hvetemel og elt til deigen er jevn og smidig og slipper redskap og bolle.
5. Dekk deigen til og la den heve minst 30 minutter.
6. Ta deigen på bordet, trill til en jevn pølse. Del i like store emner. Trill sprekkfrie rundstykker.
7. Dekk rundstykkene med plast og la dem heve til de er dobbelt så store eller til et lett fingertrykk går langsomt tilbake.
8. Dusj eller pensle dem med vann før du steker dem. Strø eventuelt over gryn eller frø til pynt.
9. Stekes på 240 °C på nederste rille i ca. 10-15 minutter til de er brune. Avkjøl på rist.

Allergener

Allergener: Havre (kan inneholde gluten), hvete/gluten og melk/laktose (ved bruk av melk)