

# Ibens kanelstang



Som du kanskje har fått med deg, har vi fått et barn til. En datter. Iben. Det gjør noe med deg, et lite spedbarn. Det gjør i allefall noe med meg. Jeg mister tidsbegrepet, jeg går i butikken i pysjamas. Jeg sover, jeg våker, jeg gråter. Over spilt melk. Jeg er kald og varm, svetter og fryser, kjefter og nyser. Jeg er overveldet, kortluntet, livredd, euforisk. Full av hybris, utmattet og energisk. Og hormonene. Det finnes ingen medisin mot det jeg har, men det finnes noe som hjelper. Gjærbakst. Ja, det hjelper i grunnen mot det meste. Særlig hvis du slenger med sukker, kanel og vaniljekrem. Og det gjorde jeg. Selvfølgelig.

**Ibens kanelstang (for hormonelle og andre trengende):**

(3 stenger)

**Deig:**

*1,75 dl lunkent vann*

*3/4 pakke gjær*

*35 g sukker*

*1 ts salt*

*1 ts kardemomme*

*1 egg*

*ca 400 g hvetemel*

*35 g mykt smør*

**Fyll:**

*200 g sukker*

*200 g MYKT smør*

*6 ss kanel*

**Vaniljekrem:**

*0,5 liter h-melk*

*3 ss maisenna*

*2 eggeplommer*

*3 ss sukker*

*frø av en vaniljestang*

*1 sammenvispet egg til pensling*

*hakkede nøtter å strø over (pekan, hasselnøtter eller mandler)*

*evt melis glasur*

Begynn med å lage vaniljekremen. Ha maisenna i en liten kopp

med noen spiseskjeer av melken. Rør til en jevning. Ha eggeplommer, resten av melken, vanilje og sukker i en gryte og kok opp under konstant omrøring. Tilsett jevningen litt etter litt. La koke i ca tre minutter mens du fortsetter å røre. Kremen vil tykne enda mer når den blir kald. Når den er ferdig kokt, legger du en plastikkpose tett inntil kremen slik at det ikke slipper til noe luft. (Dette forhindrer snerk). La stå i romtemperatur til den er lunken og sett den så i kjøleskapet.

Lag deigen ved å ha vann, smør, sukker, gjær, salt, kardemomme og egg i en eltebolle. Tilsett mel litt etter litt til du har en smidig deig som ikke er for klissete. Elt til sammen ca 10 minutter. Sett til heving under plast i 40-60 minutter.

Rør sammen ingrediensene til fyllet.

Del deigen i tre like store deler. Kjevle hvert emne til et rektangel på ca 30×15 cm. Smør en tredjedel av fyllet på leiven, men styr unna kantene. Fordel en tredjedel av vaniljekremen oppå. Brett deigen inn på lengd, ca en tredjedel inn. Brett den andre siden over på bretten du allerede har laget slik at de overlapper hverandre. Flytt over på stekebrett dekket med bakepapir. Bruk en saks til å klippe snitt i deigen på oversikten med ca 3-4 cm mellomrom. Brett flikene til annenhver side, så det blir en slags flette. (Se bilde under). Sett til etterheving under plast i ca 40 minutter. Sett ovnen på 210 grader.



Når flettene er ferdig hevet, pensler du dem med egg og strør over hakkede nøtter (valgfritt). Stek midt i ovnen i ca 15-17 minutter. Avkjøl på rist. Stangen kan virke litt "deigete" når den er varm pga alt fyllet. Når den avkjøles blir den litt fastere. Pynt med litt melisglasur før servering, hvis ønskelig. Kos deg!



