

Sukkerfrie lussekatter



Desember. Den mørkeste måneden. Samtidig også en tid full av lys! I vinduene blinker stjerner og forlatte grener fylles av lenker med lys.

Og hvert år går det lysende Lucia-tog gjennom hele landet og mange baker lussekatter, tradisjonen tro. Jeg elsker (som kjent) gjærbakst, men synes lite er tristere enn tørre lussekatter (da snakker vi bortkastede kalorier;).

Her får du derimot oppskriften på en saftig og sukkerfri variant, bakt med [Natreen](#) og kesam. Litt sunnere og veldig gode!



Du trenger:

(15 stk)

75 gram meierismør

2,5 dl melk

125 gram kesam

1 dl [Natreen](#) strø

0,5 ts salt

8 dl siktet hvetemel

0,5 pose tørrgjær eller 25 gram fersk gjær

en god klype safran, støtt i en morter

30 rosiner, til pynt

1 sammenpisket egg, til pensling

Slik gjør du:

Smelt smøret i en gryte og hell melken over i det smeltede smøret. Ha i støtt safran også.

Ha mel, gjær, [Natreen](#) strø, kesam og salt i en eltebolle. Hell over melkeblanding og elt alt sammen i ca 10 minutter til du har en blank og smidig deig. La heve i bollen under plast i 60 minutter eller til dobbel størrelse. Ha deigen over på benken og kna den lett sammen. Del opp i 15 like store emner. Trill emner til pølser som du snurrer sammen til en S eller som et 3-tall. Ha over på et stekebrett med bakepapir. Press rosiner ned i «snurrene» på lussekattene. La etterheve under plast i 30-40 minutter. Sett ovnen på 225 grader, vanlig over- og undervarme. Når lussekattene er ferdig hevet, så pensler du dem med sammenvispet egg og steker dem midt i ovnen i 10-11 minutter til de er gylne og har en hul lyd når du banker på dem.

Avkjøl på rist.

Kos deg.



**Scones med Lemoncurd og krem
(til fastelavn)**



Kjære verden der ute. Jeg har til informasjon forskanset meg inne i sofaen i en rød, ny kjole. OG jeg akter ikke å flytte meg før minst ett av følgende krav blir innfridd:

- at det slutter å snø
- at alle Valentinesprodukter og reklame fjernes fra butikkene
- at sjokolade blir kalorifritt
- fred på jord
- at huset mitt vasker seg selv



Og tro ikke at jeg kommer luskende ut med det første heller! I morgen er det nemlig fastelavn og jeg har tatt en deilig snarvei og bakt scones. Livet er ofte komplisert, så da er det fint at noe kan være enkelt! Mine luftige scones er fylt med pisket krem og lemoncurd og er herved mine gisler. Innfri et krav ellers spiser jeg opp alle!



Du trenger:

7,5 dl siktet hvetemel

2 ts bakepulver

0,5 ts salt

2 ts vaniljesukker

1 dl sukker

100 g kaldt meierismør, i terninger

2,75 dl melk

melk, til pensling

perlesukker (kan sløyfes)

pisket krem og lemoncurd, til servering

Slik gjør du:

Sett ovnen på 210 grader, over- og undervarme.

Kle et stekebrett med bakepapir.

Ha alle ingrediensene unntatt melken i en foodprosessor og kjør til en kornete masse. Alternativt kan du blande det tørre og smuldre inn smøret i melblandingen med fingrene dine. Spe med melk til deigen samler seg. Ha litt mel på kjøkkenbenken og tipp deigen oppå. Elt den lett sammen og trykk dem ut til en 2-3 cm tykk leiv. Stikk ut rundinger med et lite glass eller lignende og legg over på stekebrettet. Jeg fikk 12 stykker. Pensle med melk og strø øver perlesukker. Stek midt i ovnen i 12 minutter eller til sconsene er litt gylne og får en hul lyd når du banker på dem. Avkjøl på rist.

Del i to og server med krem og lemoncurd, eller kanskje syltetøy?

Kos deg.



**Sukkerfrie sjokoladeboller:
sjukt digg ass**



Jeg må innrømme at jeg må jobbe litt med meg sjæl for tida. I en travel hverdag er det så lett å lengte etter fredag, helg, høstferie, vår, sommer, solskinn og, ja. Sjokolade. Og vet du hva jeg er redd for? At jeg midt i all lengtinga skal våkne en dag og oppdage at jeg har gått glipp av mitt eget liv. OG blitt ekstra tjukk og god av all sjokoladen jeg har proppa i meg. ☐ Så derfor passer det perfekt med disse sukkerfrie “negerbollene” som et sunt alternativ til sjokolade på hverdager.

For jeg skal bli glad i hverdagene! Kanskje til og med elske dem.

Du trenger:

(20-30 stk)

100 g mykt smør, jeg liker kvitseidsmør

4 dl havregryn

10 store dadler, uten sten

3 ss kakao

2 ss sterk kaffe

kokosmasse til å rulle bollene i

Slik gjør du:

Ha dadlene i en bolle. Mos dem til en jevn masse med en stavmikser. Tilsett smør og havregryn og bruk stavmikseren til å blande det sammen, men det er bare fint om litt havregryn ikke er most. Rør inn kakao og kaffe. Sett bollen i kjøleskapet i ca 20 minutter så det er litt lettere å trille massen til kuler. Form kuler med hendene dine, omtrent på størrelse med en liten valnøtt. Rull dem i kokosmasse og oppbevar kjølig i en tett boks.

Kos deg.



Inspirasjon til oppskriften fant jeg på denne fine bloggen:

<http://kjoekjentjeneste.blogspot.no/2015/12/kologiske-havregrynnskuler-med-dadler-og.html?m=1>

Luftige vaniljesnurrer med kremost og perlesukker



Det er en av de perfekte sommerdagene. Nede på stranden leker barna. Noen hopper fra brygga. Vannet er kaldt, men ikke verre enn at de hopper igjen. Rundt omkring ligger solkremer i alle slags tall og farger. Det er våte håndklær slengt til tørk over stoler og på svaberget svettes det ut vinter og vin. Vannmelonene er akkurat så søt og sprø som den bare er når man er riktig heldig.

Og vi ER riktig heldige i dag. På kannen er det kaffe og noen serverer saltvann fra en vannkanne og sandkaker ferske fra fjæra. Det bygges, det hygges, vi sender frisbee og spruter vann.

Det er nok is, nok tid, godt liv og litt bris. Og akkurat når ingen trodde livet kunne bli bedre, serverer Bollefrua rykende ferske vaniljesnurrer.

Spis, drikk, lev. De perfekte sommerdagene må vi ta nesten vare på. ☐



Du trenger:

Til deigen:

(12 stk)

1,75 dl melk

0,5 dl vann

0,5 dl mykt smør

ca 7,5-8,5 dl siktet hvetemel

0,5 dl hvitt sukker

1 pose tørrgjær

0,5 ts salt

1 egg

Fyll:

75 g mykt smør

150 g kremost naturell

1 ss vaniljesukker

1,5 dl melis

I tillegg trenger du en ildfast form på 30x20cm, kledd med bakepapir

Smelt smøret på lav varme. Ha i melken og varm til alt er lunkent. Ha så 6 dl av melet, sukkeret, gjær og salt i en eltebolle. Tilsett egg og melk/smør. Bland godt. Spe først i 1,5 dl mel og elt i fem minutter. Ha i litt mer mel om deigen er veldig klissete, den skal være glatt og ikke tørr. La deigen heve under plast i omtrent en time. Rør i mellomtiden sammen ingrediensene til fyllet. Ha deigen på benken og kjevle den til et rektangel. Smør fyllet utover leiven. Rull til en pølse på langs og klem kanten sammen så den forsegles. Skjær i 12 like tykke skiver og legg skivene (3x4) i den smurte formen med snittsiden opp. La etterheve i en time. Sett ovnen på 190 grader, over- og undervarme. Stek i ca 20 minutter til bollene er gyldne og har en hul lyd når du banker på dem. Løft/hvelv forsiktig ut av formen. Avkjøl på rist.

Kos deg.



Luftige hveteboller og kakao (med Natreen)

ANNONSE



Det er april. Påsken er vel overstått, men det er ingen grunn til fortvilelse. Foran oss ligger helligdager og langhelger som små røde flagg i kalenderen. Og hurra for det! Men jeg vil likevel slå et lite slag for hverdagene. Ikke bare fordi det er flest av dem, men fordi jeg vil at de skal være gode. Og, dessuten.. Så synes jeg det er ekstra hyggelig å kose seg på en helt vanlig tirsdag! Men da helst med litt færre kalorier. Derfor er det helt perfekt med sukkerfrie hveteboller og kakao, som smaker like godt, men er bittelitt sunnere. Bare prøv selv, da vel. ☐



Du trenger:

(12 stk)

2,5 dl melk

50 g meierismør

0,5 dl [Natreen](#) strø

5,5 dl siktet hvetemel

0,5 pakke tørrgjær

0,25 ts salt

1 ts kardemomme

evt 1 sammenvispet egg til pensling

Til kakao:

(ca 3 kopper)

4 dl melk

1 dl kremfløte

2,5 ss kakaopulver

1,5-2 ts flytende [Natreen](#)/ca 70 dråper (smak deg frem)

evt pisket krem til servering



Slik gjør du:

Begynn med å lage bolledeigen.

Ha gjær og salt i en eltebolle. Smelt smøret i en liten gryte på lav varme. Ta gryten til side og ha i melken. Sjekk temperaturen på væsken med fingeren din. Den skal kjøles ned. Tilsett melkeblanding i eltebollen. Ha i kardemomme, [Natreen](#) og mesteparten av melet. Elt deigen i fem minutter og tilsett resten av melet litt etter litt. Deigen skal "slippe" bollen, men kjøles myk og fuktig. Heves under plast i 40 minutter. Ha deigen på benken og del i 12 like store emner. Trill til runde boller og legg på et stekebrett kledd med bakepapir. La etterheve under plast i ca 30 minutter. Sett ovnen på 225 grader, over- og undervarme. Når bollene er ferdig, pensler du dem med egg og steker dem midt i ovnen i ca 10-12 minutter. Bollene er ferdige når de er gyldne og har en hul lyd når du banker på dem. Avkjøl på rist.

Kakao lager du ved å ha kakaopulver og litt av melken i en kjele. Pisk melk og kakao sammen under forsiktig oppvarming til det ikke er noen klumper. Ha i resten av melken og kremen. SMAK deg frem med flytende [Natreen](#) så du får den passe søt for deg. Jeg hadde i nesten 2 ts. Eller ca 70 dråper. Hell over i kopper og topp evt med pisket krem. Nytes sammen med rykende ferske hveteboller.

Kos deg.



Kanongode kanelboller med

kremostglasur



Det er søndag, det er januar, det er vinter. Og selv om solen (endelig) har snudd, er det lenge til vi kan sause oss inn i sol og sommer. Så her står jeg. I veiskillet.

Skal jeg sutre og sture og synes synd på meg selv fordi der er tungt å stå opp om morgenen og styrete med kulde og mye klær?

Eller skal jeg omfavne (den lille) snøen, skøytene og boller og kakao på tur?

Jeg velger det siste. Jeg velger alltid boller når jeg kan! ☐



Du trenger:

(12 stk)

Til deigen:

50 g meierismør

1,5 dl melk

2 ts tørrgjær

0,6 dl sukker

1 ts vaniljeekstrakt

1 egg

0,25 ts salt

ca 4,5 dl siktet hvetemel

Fyll:

100 g mykt smør

1 dl brunt sukker

1,5 ss kanel

Kremostglasur:

30 g Philadelphia ost
1 ss melk
0,25 ts vaniljeekstrakt
1-2 dl melis, eller til passe tykk

Slik gjør du:

Ha tørrgjær i en bakebolle. Smelt smøret og ha i melken. Ta gryten av varmen og kjenn på væsken med fingeren din. Den skal kjennes lunken. Ha væsken i bakebollen. Tilsett sukker, vaniljeekstrakt, egg, salt og halvparten av hvetemelet. Elt deigen mens du tilsetter resten av melet. Elt deigen i ca fem minutter. Deigen skal være blank og litt fuktig, men ikke veldig klissete. Hev deigen under plast i 2 timer.

Kle bunnen av en springform (20 eller 22 cm) med bakepapir og smør kantene med smør.

Rør sammen ingrediensene til fyllet i en liten bolle.

Kjevle deigen til et rektangel. Smør fyllet i et jevnt lag utover deigen. Rull sammen på langsiden til en tett pølse. Skjær i 12 like store skiver og legg med snittsiden opp i springformen. Ni langs kanten og tre i midten. La etterheve under plast i 45 min.

Sett ovnen på 175 grader.

Stek midt i ovnen i ca 25 minutter. NB. Det kan være lurt å sette formen på et stekebrett da det kan renne litt av formen.

Bollene er ferdige når de er gylne og har en hul lyd når du banker på dem. La avkjøle litt i formen før du løsner springformen og forsiktig for dem over på rist.

Glasuren lager du ved å røre sammen melk og ost før du har i vanilje og melis. Tilsett melis til ønsket konsistens.

Ringle glasur over bollene og KOS DEG.



Sukkerfrie eplesnurrer med kanel og Natreen

ANNONSE



Det er september. Sommeren er ugjenkallelig på hell og det er på tide å omfavne det som kommer. Høst.

Sprakende farger, klar luft, stearinlys, innekos og lange, myke ullgensere.

Likevel er det lite jeg assosierer mer med høsten enn kombinasjonen av eple og kanel. Tenk deg at duften av det uslåelige radarparet fyller huset og at det til og med er gjærbakst! For selv om det er fint å gjemme seg i den tidligere omtalte ullgenseren, så er det jo greit at disse digge eplesnurrene er helt uten sukker. Så sparer vi de kaloriene. ☐

Du trenger:

Til deigen:

(ca 12 stykker)

525 g mel

1 egg

3 dl melk

75 g smeltet meierismør

1 dl [Natreen strø](#)

3,5 ts tørrgjær

0,5 ts salt

Til eplemosen:

2 epler

Ca 2 ss [Natreen strø](#)

0,5 dl vann

Til toppen:

1-2 ts kanel

Melk til pensling



Slik gjør du:

Ha gjær i en eltebolle. Smelt smøret over lav varme. Når smøret er smeltet tar du gryten av varmen og tilsetter melken i smøret. Rør kjapt rundt og sjekk temperaturen på væsken med fingeren din. Den skal kjennes lunken. (Hvis den kjennes varm ut, lar du den avkjøle litt).

Hell den lunkne væsken over i eltebollen. Tilsett mel, salt, egg og [Natreen](#) og elt deigen i ca 10 minutter. La heve under plast i ca 60 minutter. I mellomtiden lager du eplemosen. Skrell eplene og skjær i små terninger. Ha eplene i en liten gryte sammen med vannet og kok opp. La småkoke til eplene er møre, ca ti minutter. Kjør til en jevn puré med stavmikser og smak til med Natreen strø. Avkjøl.

Kjevle et rektangel på ca 45×45 cm. Smør et jevnt lag med eplemos (du vil få litt ekstra, spis det på brødiskiven!) utover leiven og strø over kanel. Rull sammen til en tett pølse og skjær i ca 12 skiver. Legg skivene ned på et stekebrett kledd med bakepapir ELLER i muffinsformer. Sett til etterheving under plast i ca 45 minutter. Sett ovnen på 225 grader. Stek bollene midt i ovnen i ca 15-17 minutter. Steketiden avhenger litt av ovnen din og om du bruker muffinsformer eller ikke. Bollene er ferdige når de er gylne og har en hyl lyd når du banker på dem. Pensle umiddelbart bollene med litt melk. Avkjøl på rist.

KOS DEG.



**Luftige vaniljesnurrer i
langpanne**



For en tid tilbake fikk jeg uventet besøk og oppdaget til min store skrekk at jeg IKKE HADDE NOE JEG KUNNE SERVERE. Ingen gjærbakst i fryseren, ingen brownies på lur, ikke en gang en skarve kjeks i kakeboksen! Og da tenkte jeg: "Hva skjer med verden nå? Har Bollefrua fullstendig mistet grepet?"

Allerede neste morgen startet jeg dagen med å sette en gjærdeig og bakte en god dose himmelsk gode vaniljesnurrer. Luftige og deeeeeilig myke og med masse vaniljesmak. Fryseren var fylt opp og det hersket igjen harmoni i verden. Eneste problemet er at bollene er så sabla gode at det snart er tomt igjen! ☐

Du trenger:

(ca 20 stk)

Deigen:

25 g gjær/0,5 pose tørrgjær

4 dl lunken melk
1 dl sukker
 $\frac{1}{2}$ ts salt
 $\frac{1}{2}$ ts kardemumme
150 g mykt meierismør
ca 12 dl siktet hvetemel

Fyllet:

100 g mykt meierismør
1 $\frac{1}{2}$ dl melis
2 ss vaniljesukker med ekte vanilje

Topping:

1 sammenpisket egg, til pensling
perlesukker
ca $\frac{1}{2}$ dl hakkede mandler (kan sløyfes)

Ha melk og gjær i en eltebolle og rør så det løser seg litt opp. Tilsett sukker, salt, kardemomme og smør og ca halvparten av hvetemelet. Tilsett resten av melet litt etter litt mens maskinen elter deigen. Elt deigen i fem minutter. La heve under plast i en time. Rør sammen ingrediensene til fyllet.

Kjevle så deigen til et stort rektangel, ca 1 cm tykt. Bre fyllet over deigen og rull sammen til en pølse. Skjær i 20 skiver. Kle en langpanne med bakepapir og legg skivene med snittsiden ned i langpannen, 4×5 boller. La heve under plast eller et rent kjøkkenhåndkle i ca 30 minutter. Sett ovnen på 225 grader.

Pensle de ferdig hevede bollene med egg og strø over perlesukker og mandler.

Stekes midt i ovnen i ca 15 minutter eller til gylne og bollene har en hul lyd når du banker på dem. Flytt forsiktig over på rist og avkjøl. Kos deg.



Prinsessekake



Prinsessekake! Vet du hva? Av all søt gjærbakst tror jeg dette må være min favoritt. Smørmyk, sprø kanter, mandelfyll, vaniljekrem, kanel, melisglasur – det er ren og skjær lykke. Og heeelt innen rekkevidde! Bare følg oppskriften til hu Bollefrua. ☐



Du trenger:

25 g gjær/0,5 pk tørrgjær

1 dl fløte

100 g kaldt smør, i terninger

5 dl siktet hvetemel

2 ss sukker

1 egg

Fyll:

75 g mykt meierismør

ca 0,5-1 dl malte mandler

4 ss sukker

ca 1 ss kanel

I tillegg trenger du:

ca 2 dl ferdig vaniljekrem (kjøp ferdig eller lag selv ved å følge oppskriften lenger nede i innlegget).



Slik lager du deigen og fyllet:

NB: Om du lager vaniljekremen selv, så anbefaler jeg at du starter med den, siden den trenger avkjøling.

Finn frem en eltebolle. Lunk fløten litt (den skal ikke være varm!) og rør gjæren ut i fløten. Ha melet og smøret i eltebollen og smuldre smøret med fingrene i melet så det hele er smulete og rør inn sukker. Tilsett egg og elt alt sammen i omtrent 5 minutter. Sett til heving under plast i ca 1 time. I

mellomtiden rører du sammen ingrediensene til fyllet. Smør en springform (ca 24 cm) og kle bunnen med bakepapir.

Når deigen er ferdig hevet, tar du ca 1/3 av deigen og kjevler den ut slik at den passer i bunnen av springformen. Fordel ca 2 dl vaniljekrem over bunnen. Kjevle resten av deigen til et rektangel på ca 15×30 cm og smør mandelfyllet utover leiven. Rull sammen på langsiden og del i skiver som er ca 2,5-3 cm tykke. Legg skivene i springformen over vaniljekremen og sett kaken til etterheving i ca 30-40 minutter.

Sett ovnen på 200 grader. Stek kaken nederst i ovnen i 30-35 minutter eller til den er gylden og har en hul lyd når du banker på den. Løsne kaken forsiktig fra formen og la avkjøle på rist. Pynt med melisglasur og KOS DEG!



Vaniljekrem:

1 vaniljestang

2 dl + 0,5 dl H-melk

0,75 dl kremfløte

55 g sukker

2 eggeplommer

20 g (2 ss) maisenna

Splitt vaniljestangen og skrap ut frøene. Ha vaniljestang og frø i en tykkbunnet kjele med 2 dl av melken, fløte og sukkeret. (Kjelen skal ikke være mer enn halvfull). Rør sammen og varm til kokepunktet. Ha resten av melken (0,5dl) i en liten bolle sammen med maisennaen. Visp sammen og visp inn eggeplommene i melk/maisennablandingen. Hell så 2/3 av den varme væsken opp i eggeblandingen LITT ETTER LITT mens du rører med en visp. Hell deretter alt tilbake i kjelen og la koke opp og koke ett minutt, mens du hele tiden rører i bunnen av kjelen med en visp. (Så det ikke brenner seg). Ta av varmen og ta ut vaniljestangen. Ha den varme kremen over i en bolle, dekk med plast som du dytter tett inntil kremen (så blir det ikke snerk), og sett i kjøleskapet. Det er viktig at kremen avkjøles raskt.

Flettet fastelavnskrans med perlesukker



Førstkommende søndag er det fastelavn og jeg gleder meg! Ikke at vi skal gjøre så mye spennende akkurat, men hallo? Luftig og søt gjærbakst med krem og syltetøy til frokost? Blir ikke stort bedre enn det. ☐



I denne oppskriften er det mye egg og smør, noe som gir det ferdige resultatet et briocheaktig preg. Jeg laget en krans og åtte boller, men du kan også lage to kranser eller bare boller. Godt blir det uansett!

Du trenger:

(1 krans og 8 boller, evt nok til to kranser)

Til deigen:

25 g fersk gjær eller 0,5 pose tørrgjær

2 dl melk

2 egg

1 dl sukker

0,25 ts salt

1 ts kardemomme

100 g mykt meierismør

9-9,5 dl siktet speltmel (du kan bruke hvetemel, men da er det

mulig du trenger litt mindre mel)

Fyll/topping:

1 egg til pensling

perlesukker

3 dl kremfløte (per krans eller 8 boller)

1 ts sukker (per krans eller 8 boller)

bringebær syltetøy (jeg hadde hjemmelaget)



Ha alle ingrediensene til deigen i en eltebolle og elt deigen i 10 minutter. Etterhev under plast i omtrent en time. Del deigen i to like store deler. Del den ene delen i tre og rull hver del til en tynn og lang pølse på ca 60 cm. Flett sammen til en flette og ha litt vann på den ene enden før du dytter endene godt sammen. Legg over på et bakepapirkledd stekebrett og legg kanten av en smurt, rund springform (24-25 cm) rundt.

Etterhev under plast eller et rent kjøkkenhåndkle i 45 minutter.

Den andre halvdelene deler du i åtte like store deler og trill til runde boller. Legg på stekebrett med bakepapir og etterhev.

Pensle krans og boller med vispet egg og strø over perlesukker.

Sett ovnen på 200 grader. Stek kransen midt i ovnen i ca 18-20 minutter. Bollene kan du steke ca 12 minutter. Avkjøl på rist.

Pisk krem med sukker som du pleier. Det er viktig at kremen er litt stiv ellers flyter den fort ut. Del den avkjølte kransen i to på langs og smør på syltetøy på bunnen. Bre over pisket krem og legg lokket på.

ET TIPS! Skjær lokket i serveringsklare biter og pusle bitene på toppen av kremen, så er det enkelt å skjære pene stykker uten at krem og syltetøy blir klemt ut.

KOS DEG!



**Superluftige
lussekatter**

kanelbolle-



Det er snart Lucia eller “verdens beste unnskyldning for å proppe i seg luftig og deilig gjærbakst”. I vår familie er det én (vel, egentlig flere) som absolutt foretrekker kanelnurrer fremfor vanlige boller. Så i år har jeg laget en luksus variant, en skikkelig Rolls Roys Lusse katt (eller burde jeg si Lamborghini?) som jeg tror vil slå an på Lucia. Og hvis ikke? Samma det. Mer på meg! ☐

Du trenger:

- (12 stk)
 - 3 dl h-melk
 - en klype safran
 - 75 gram mykt meierismør i terninger
 - 100 g sukker
 - 600 g siktet hvetemel
 - 7 gram tørrgjær (evt 25 g fersk gjær)
 - 1 egg
- mykt smør til fyllet, kanel, sukker*

*1 egg+1 ss melk til pensling
24 rosiner til pynt (evt perlesukker)*

Støt safranen i morter og ha melken i en gryte. Tilsett safran i melken og varm opp til den er lunken. Ha så alle ingredienser i en eltebolle og kjør maskinen på lav hastighet i ca 10 minutter. Hev under plast i ca en time. Ha litt mel på benken og hell ut deigen. Kjevl deigen til et rektangel, smør et godt lag med smør og dryss over sukker og kanel. Brett deigen 1/3 mot midten på langsiden. Brett den andre halvdel over den du alt har brettet. Kjevl det nye rektangelet du nå får så den blir litt større. Skjær i 12 strimler på kortsiden. Trill/strekk hvert strimmel til lange pølser og snurr pølsen like langt inn fra hver side så du får en snirklete s. Legg de ferdig formede emnene på et bakepapirkledd stekebrett og etterhev i ca 30 minutter.

Sett ovnen på 220grader . Etter 30 minutter pisker du sammen egg og melk og pensler bollene. Pynt med rosiner og perlesukker. Deretter setter du inn brettet midt i ovnen og steker lussekattene i ca 10-12 minutter. De er ferdige når de er gyllenbrune og har en hul lyd når du banker på de. Avkjøl på rist og SPIS.



**Luftige nugattisnurrer i
kakeform**



Har jeg noen gang fortalt deg om mammaen min? I tillegg til å være verdens beste mamma er hun en racer på gjærbakst (du vet, bolla faller ikke langt fra ovnen – eller noe sånt;). Når hun baker rundstykker eller boller legger hun dem alltid ganske tett inntil hverandre i langpanne, slik at de ligger kloss oppi hverandre når de har hevet. Teorien er at de “hjelper hverandre opp” i ovnen og det fungerer også bra i praksis! Disse sjokoladesnurrene er intet unntak og er superluftige, sjokoladete og sååååå gode!

Til deigen trenger du:

(12 stk)

350 g mel

50 g sukker

0,5 ts salt

0,5 pose tørrgjær (evt en halv pakke fersk)

50 smeltet smør

1 egg

1,5 dl melk

Fyllet:

Nugatti (ca 8 ss)

50 g hakket, mørk sjokolade

Topping (kan sløyfes):

ca 2 ss nugatti

litt melk

Smelt smør på lav varme, når smøret er smeltet så tilsett melken. Ha så alt det tørre i en eltebolle. Tilsett egg og smørblandingen og elt til en smidig deig, ca fem minutter. La så deigen heve under plast i omtrent en time.

Ha bakepapir i bunnen av en springform og smør kantene med smeltet smør.

Ha deigen på benken og kjevle til et rektangel, ca 25 x 35 cm. Smør nugatti jevnt over deigen, men la en stripe langs kanten (ca 2 cm bred) på langsiden være uten nugatti. Denne kanten pensles med litt vann. Strø over sjokolade. Rull deigen sammen på langs inn mot siden uten sjokolade. Vannet limer deigen sammen. Skjær i 12 skiver. Legg i springformen med snittsiden opp, ni langs kanten og tre i midten. Dekk med plast eller er håndkle. Etterhev i ca 45 minutter. Sett ovnen på 200 grader. Stek bollene midt i ovnen i omtrent 15 minutter. De er ferdige når de har en gylden overflate og du hører en hul lyd når du banker på dem. Løsne bollene fra springformen. Avkjøl på rist.

Lag topping/glasur ved å røre sammen nugatti og melk til en jevn blanding. Du velger selv hvor tykk du vil ha den, men en litt flytende glasur gir penere mønster. Ha glasur i en

brødpose og klipp et lite hull i det ene hjørnet (som om du skulle pynte pepperkaker). Lag dekorative striper over bollene. KOS DEG.



**Himmelsk solskinnsbollekake –
gjærbakst til fest!**



Er du glad i kanelboller? Da er dette kaken for deg! For dette er egentlig en kjempe stor kanelbolle med vaniljekrem på toppen og litt melisglasur. Jeg serverte denne i bursdagsfest og fikk masse skryt. Prøv du også! ☐

Partybolla:

1,75 dl melk

0,5 dl vann

0,5 dl mykt smør

ca 7,5-8,5 dl siktet hvetemel

0,5 dl hvitt sukker

1 pose tørrgjær

0,5 ts salt

1 egg

Fyll:

2,5 dl brunt sukker

1 ss malt kanel

1,25 dl mykt smør

Topping:

ca 2-3 dl vaniljekrem

evt melisglasur

Smelt smøret på lav varme. Ha i melken og varm til alt er lunkent. Ha så 6 dl av melet, sukkeret, gjær og salt i en eltebolle. Tilsett egg og melk/smør. Bland godt. Spe først i 1,5 dl mel og elt i fem minutter. Ha i litt mer mel om deigen er veldig klissete, den skal være glatt og ikke tørr. La deigen heve under plast i omtrent en time. Rør i mellomtiden sammen ingrediensene til fyllet. Ha deigen på benken og kjevle den til et rektangel. Smør fyllet utover leiven. Rull til en pølse på langs og klem kanten sammen så den forsegles. Snurr sammen til en tett spiral og legg på et stekebrett kledd med bakepapir. La etterheve i en time. Dytt deigen forsiktig litt ned på toppen, så den er litt flatere der. Fordel vaniljekrem over spiralen. Sett ovnen på 190 grader, over- og undervarme. Stek kaken i ca 25 minutter til den er gylden og har en hul lyd når du banker på den. Avkjøl på rist. Pynt med melisglasur! KOS DEG.



Mine beste kanelboller (the American way)



I sommer har jeg lest en bok. Én bok. Slik er det kanskje når man plutselig har tre barn? I allefall. Den boken hadde mye å by på. I tillegg til en underholdende historie, inneholdt den også et par fine oppskrifter. En av dem var disse ubeskrivelige luftige og smelte-på-tungen gode kanelbollene. Med masse brunt sukker og kanel i svingene er de akkurat det du trenger for komme over at du bare rakk å lese én bok i sommer. Eller om du bare vil ha en bolle.



Til deigen:

(12 stk)

1,75 dl melk

0,5 dl vann

0,5 dl mykt smør

ca 7,5-8,5 dl siktet hvetemel

0,5 dl hvitt sukker

1 pose tørrgjær

0,5 ts salt

1 egg

Fyll:

2,5 dl brunt sukker

1 ss malt kanel

1,25 dl mykt smør

I tillegg trenger du en smurt, ildfast form på 30x20cm

Smelt smøret på lav varme. Ha i melken og varm til alt er lunkent. Ha så 6 dl av melet, sukkeret, gjær og salt i en eltebolle. Tilsett egg og melk/smør. Bland godt. Spe først i 1,5 dl mel og elt i fem minutter. Ha i litt mer mel om deigen er veldig klissete, den skal være glatt og ikke tørr. La deigen heve under plast i omtrent en time. Rør i mellomtiden sammen ingrediensene til fyllet. Ha deigen på benken og kjevle den til et rektangel. Smør fyllet utover leiven. Rull til en pølse på langs og klem kanten sammen så den forsegles. Skjær i 12 like tykke skiver og legg skivene (3x4) i den smurte formen med snittsiden opp. La etterheve i en time. Sett ovnen på 190 grader, over- og undervarme. Stek i ca 20 minutter til bollene er gyldne og har en hul lyd når du banker på dem. Løft/hvelv forsiktig ut av formen. Avkjøl på rist. KOS DEG (mens du leser en god bok?;)



**Enkle, grove pizzasnurrer med
ovnsbakt tomatsaus**



I det siste har jeg hatt så sabla lyst på pizzasnurrer! Så da lagde jeg det da.

Og det BØR du også gjøre for disse ble virkelig gode. ☐

Alt du trenger er:

(Jeg fikk 13 stk)

Deigen:

2,25 dl vann

1 pose tørrgjær

0,5 ts salt

1 egg

2 ss mykt meierismør

4,5 dl siktet speltmel (evt hvete)

2 dl sammalt grov spelt (evt hvete)

1 dl fin sammalt emmer (evt bruk hvete eller spelt)

Sausen:

200 g cherrytomater, delt i to

1 sjalottløk, i skiver

1 stort fedd hvitløk, i skiver

2 ss olivenolje

en liten håndfull basilikumblader

en liten kvast timian

en liten kvast oregano (urtene kan evt helt eller delvis erstattes med tørkede urter, bruk ca 0,5 ts av hver)

litt salt og pepper

Sausen lager du slik: Legg tomater, løk, hvitløk og urter i en ildfastform. Ringle over olje og krydre med salt og pepper. Stek midt i ovnen på 150 grader i ca 30 minutter eller til løken begynner å mykne. Ha alt i en blender eller stavmikser og mos til en glatt saus.

Topping:

Revet ost (jeg brukte Jarlsberg og parmesan)

evt peperoni, skinke eller feks kjøttdeig.

Ha vann, gjær, salt, smør og egg i en eltebolle og tilsett det grove melet og 4 dl av det fine melet og elt i ca fem minutter. Tilsett 0,5 dl til av det fine melet om deigen virker klissete. Du skal kunne kjevle deigen etterpå. La heve under plast i ca en time. Ha deigen på benken og kjevle til et rektangel. Smør den nå avkjølte deigen (se oppskrift lenger opp) utover rektangelet og strø over ost og evt kjøtt hvis

ønskelig. Rull deigen sammen tett til en pølse fra langsiden. Del i 12-13 skiver og legg med snittsiden opp på et stekebrett kledd med bakepapir. La etterheve i ca 40 minutter under plast. Sett ovnen på 200 grader. Stek snurrene midt i ovnen i 12-15 minutter eller til de er gyldne og har en hul lyd når du banker på dem. Avkjøl på rist. KOS DEG.

