

Enkle havrerundstykker

eltefrie



Det er første påskedag og ferien er på hell. Men vi har hatt det fint! En god blanding av by, sjø, hvile, venner, familie og aktivitet. Til tross for tre travle barn har vi til og med hatt noen hyggelige frokoster! Og til en av dem bakte jeg disse luftige og populære rundstykkene. Utrolig enkelt og veldig godt. Akkurat slik det bør være når man har fri. ☐

Du trenger:

3 dl vann

0,5 ts tørrgjær

330 gram hvetemel

70 g lettkokte havregryn

1 ts salt

1 ss honning

Slik gjør du:

Kvelden før du skal ha disse til frokost, rører du raskt sammen alle ingrediensene i en bolle. Deigen blir temmelig klissete. Dekk bollen med plast og la den heve på kjøkkenbenken natten over.

Neste dag har du raust med mel på et bakepapir og heller deigen utover. Brett deigen på langs med en slikkepott og hendene dine slik at du bretter litt mel inn og over deigen. Nå skal den hvile der i 30 minutter.

Sett så et stekebrett inn i ovnen og sett ovnen på 275 grader vanlig over- og undervarme. Når det er gått en halvtime skrur du ovnen ned til 250, tar det brennhete stekebrettet ut av ovnen. Så deler du deigen i ca 8 emner med en skarp kniv. Prøv å ikke klemme luft ut av deigen. Videre bakser du dem over på brettet etter som du skjærer dem opp. Sett brettet midt i ovnen (OBS husk at det er varmt) og stek rundstykkene i 10 minutter. Avkjøl på rist

Kos deg.



Verdens beste brytebrød!



Hallo? Vet du hva? At det går an! Tenk at bare ved å rive litt gulrot og slenge sammen noen få ingredienser, så blir du belønnet med et saftig, mykt og vanvittig smakfullt brød! Og i denne oppskriften trenger du ikke en gang skitne til kjøkkenbenken din med deigrester som er vanskelig å vaske bort. Det er bare å slenge deigen rett i langpannen og snitte deigen i biter før du etterhever den. Enkelt og VELDIG godt. ☐

Du trenger:

1 pk tørrgjær

5 dl lunken melk (jeg pleier å lunke den i en gryte)

½ dl rapsolje eller annen nøytral olje

3 dl finrevet gulrot

1 ts salt

½ dl honning

1 dl havregryn

ca 12,5 dl siktet hvetemel

gresskarkjerner og havsalt, til å strø over

Slik gjør du:

Du trenger en liten langpanne på ca 28×40 cm. Kle den med bakepapir.

Ha alle ingrediensene i en eltebolle og elt deigen godt i ca fem minutter. Det gjør ingenting at deigen er litt klissete. La deigen heve under plast i ca 50 minutter. Bruk en slikkepott og tipp deigen over i langpannen. Ha litt mel på hendene og klapp deigen jevnt ut i formen. Prikk deigen overalt med en gaffel og bruk en deigskrape eller lignende til å dele leiven i ca 24 ruter. Etterhev under plast eller rent håndkle i omtrent 30 minutter. Forvarm ovnen til 225 grader. Pensle brødet med litt vann og strø over havsalt og gresskarkjerner. Stek brødet midt i ovnen i ca 18 minutter, brødet er ferdig når det er gyllent og har en hul lyd når du banker på det. Avkjøl på rist. KOS DEG.



Oppskriften har jeg fra Tidningen Hembakat

Luftige hamburgerbrød



I kveld får du oppskriften på enkle, luftige hamburgerbrød som selvfølgelig også er like gode med pålegg. Hiv de du ikke spiser i fryseren. ☐

Du trenger:

(ca 15 stk)

25 g fersk gjær (evt 0,5 pose tørrgjær)

3,5 dl lun kent vann

500 g siktet hvetemel

2 ss olivenolje

1 ts salt

evt pisket egg/melk til pensling

evt sesamfrø til topping

Slik gjør du:

Løs gjæren opp i vannet i en eltebolle. Tilsett så mel, salt og olje og elt deigen i ca 10 minutter. Sett til heving under plast til dobbel størrelse (40-60 minutter). Deigen skal være ganske fuktig.

Del deigen i ganske små emner (15 stk), med mindre du ønsker veldig store hamburgerbrød, og form til runde boller. Legg dem på et stekebrett kledd med bakepapir og trykk dem litt flate.

Sett ovnen på 225 grader

Etterhev under plast i ca 30 min eller til dobbel størrelse før du evt pensler dem og strør over frø.

Stek midt i ovnen i ca 12 minutter eller til de er gylne og har en hul lyd når du banker på dem. Avkjøl på rist.

Kos deg.



Myke havresnurrer



Vet du hva? Jeg har en mørk dag. En mørk og grå dag med svart og hvitt i kantene. Sjelen min er et sort hull, det herjer liten tornado som suger opp alt som er lyst og fint og etterlater et krater av sandpapir og stein. Det er akkurat som om all sola og junipositivismen må avbalanseres av et par drittdager, før mitt gamle Jeg gjenoppstår som en fønixbollefrue fra asken. Slik er det. Og det er ikke mye som hjelper. Bare nybakte rundstykker med smør på. Det hjelper mot alt.

Du trenger:

(14 stk)

2 dl fløte/kremfløte (kan ertattes med melk)

3 dl lunkent vann

25 g fersk gjær

1 ss olivenolje eller smeltet smør

1 liten ss maldonsalt

1 ss honning (evt sukker)

200 g lettkokte havregryn

450 g siktet hvetemel

*4 ss frø etter ønske (feks sesamfrø, linfrø og solsikkefrø),
kan sløyfes*

1 sammenvispet egg, til penslig

Slik gjør du:

Ha fløte, vann og gjær i en eltebolle og la gjæren løse seg litt opp. Tilsett salt, honning, olje og havregryn og rør kjapt rundt. Tilsett hvetemelet og elt deigen i 7-8 minutter. Dekk bollen med plast og la heve i en time.

Ha deigen på kjøkkenbenken og elt den lett. Del i 14 like store emner. Trill hvert emne til en pølse og tvinn dem fra midten og utover til deigen tvinner seg og skaper en slags spiral. (Se bilde under). Dytt endene litt under spiralen og legg på et bakebrett kledd med bakepapir.



La etterheve under et rent kjøkkenhåndkle i ca 40 minutter.

Sett ovnen på 225 grader.

Bland evt frø sammen i en liten skål. Pensle snurrene med egg og strø over frø om du vil. Stek midt i ovnen i 15 minutter. Avkjøl på rist. SPIS.



Luftig brytebrød med pesto og parmesan



Vet du hva? I dag kaster jeg all beskjedenhet ut i snøværet og roper: ***Dette er gjærbakst på sitt aller beste!!*** Så luftig at det nesten letter, smeltet ost, urter, olivenolje og havsalt – det er bare ubeskrivelig godt. Og overhode ikke vanskelig! Disse forsvant rundt middagsbordet og jeg var glad jeg hadde smugspist en på forhånd. Med MASSE meierismør. ☐



Du trenger:

(12 stk)

Til deigen:

1,25 dl vann

1,25 dl melk

0,5 pk gjær

2 ss sukker

1 ts salt

1 egg

3 ss olivenolje

2 ss pesto

ca 0,5 dl revet parmesan

8 dl siktet speltmel (hvis du bruker hvetemel kan det hende du trenger litt mindre mel)

Fyll/topping:

2 ss pesto

1-2 dl revet ost, jeg hadde Jarlsberg

1 ss olivenolje, til pensling

litt havsalt



Ha alle ingrediensene til deigen i en eltebolle og elt deigen

i 10 minutter. Dekk bollen med plast og la deigen heve i ca en time.

I mellomtiden kler du bunnen av en springform (28 cm i diameter) med bakepapir og smører kantene med olivenolje.

Når deigen er ferdig hevet, har du den på benken og knar den lett sammen. Del leiven så i 12 like store deler som du ruller til runde boller. Legg ni langs kanten av formen og tre i midten. Smør/pensle godt med pesto mellom bollene og fordel ost i mellom. Sett til etterheving (under plast) i ca 30-40 minutter. Sett ovnen på 180 grader. Pensle bollene med olivenolje og strø over litt havsalt. Stek midt i ovnen i 20-25 minutter. Brytebrødet er ferdig når det har en gylden farge og har en hul lyd når du banker på det. Ta brødet ut, skjær forsiktig langs kanten og løsne brødet ut av springformen. Avkjøl på rist hvis du klarer å vente og KOS DEG.



Familiens helgerundstykker (en deig – fire smaker)





Samuel →
(masse ost!)

Det er fredag! Travle mennesker trekker et lettelsens sukk og ønsker pausen fra livet velkommen. Vi er en travel gjeng på fem, hvor av en et lite spedbarn. Ofte kan det gå noen dager uten at vi alle setter oss ned og spiser sammen, derfor er helgene ekstra verdifulle. Til frokost har vi ofte rundstykker, men problemet er at vi liker ulike ting. Derfor har jeg begynt å tilsette smak (fire typer frø, hasselnøtter og havsalt, revet ost) til en helt plain (og veldig god) deig, slik at alle blir fornøyde. Hallo, det er jo helg for svingende!

Disse rundtstykkene er forresten skikkelig luksugode! Fløten og smøret gir dem en bolleaktig konsistens, nesten så gode og myke at de kan brukes som hodepute før du får i deg kaffen. ☐

Du trenger:

(12-16 stk)

500-525 g siktet hvetemel

1 ts salt

2 ts sukker

1 dl fløte

2,5 dl vann

50 g mykt meierismør

ca 0,5 pose tørrgjær

revet ost, frø, nøtter etter ønske

Ha gjær, vann, fløte, sukker og salt i en eltemaskin og la gjæret løse seg litt opp. Tilsett smør og 500 g av melet og la maskinen gå til deigen begynner å slippe kantene. (ca 7 minutter). Hvis deigen er veldig våt, kan du tilsette et par ss siktet hvetemel (ca 25 g). La deigen heve under plast i

minimum 30 minutter eller ca til dobbel størrelse. Ha deigen på benken og kna den litt sammen så luften går litt ut av den. Del i 12-16 emner (avhengig av hvor store rundstykker du vil ha) og trill til runde boller hvis du ikke ønsker å tilsette noe smak. Legg ferdige boller på et stekebrett dekket med bakepapir. Hvis du ønsker å tilsette smak, så trykker du hvert emne flat og strø over feks en spiseskje revet ost. Brett sammen og kna emnet litt før du ruller det til en bolle. Strø over litt ekstra ost før du steker rundstykkene. Gjør det samme med nøtter eller kjerner. Det går også an å dyppe en ferdig trillet bolle i litt vann og rulle den i ønskede frø før du legger dem på brettet til etterheving. Hev alle ferdig trillede rundstykker under et rent kjøkkenhåndkle i ca 30 min. Pensle med vann, melk eller pisket egg om du vil spandere ett. Strø evt over litt havsalt. Stek midt i ovnen på 225 grader i 10-15 minutter. De er ferdige når de har fått en gylden farge og du hører en hul lyd når du banker på dem. Avkjøl på rist. SPIS.





Eltefrie speltrundstykker i muffinsformer



Det er mandag, det er oktober, det er stille. I min tilværelse som nybakt trebarnsmor, er mandag den nye fredagen. Bak meg ligger en travel helg, foran meg en like travel uke. Forskjellen er disse timene på formiddagen hvor bare lillesnupp og jeg er hjemme, de andre på skole og jobb. Hver onsdag er vi i barselgruppe. Vi besøker hverandre på omgang. triller en tur og spiser lunsj. Fast innslag, hos nesten samtlige, er disse enkle og gode rundstykkene stekt i silikonformer. Så raskt at selv en barselmamma kan få det til!

Barselbakst:

(12 stk)

5 dl kaldt vann

100 g sammalt spelt, grov

50 g siktet rugmel

525 g siktet speltmel

1,5 ts salt

2 ts mørk sirup

0,5 ts tørrgjær

Ha alle ingrediensene i en bakebolle og rør raskt sammen med en sleiv eller lignende. Dekk bollen med plast og la stå på kjøkkenbenken natten over eller i ca 8-12 timer.

Når deigen er ferdig hevet, så finn frem muffinsformer (**MERK:** denne oppskriften er beregnet til 12 store muffinsformer. Jeg bruker former i silikon som ikke trenger å smøres. Etter å ha sett de andre i barselgruppa bruke dem, gikk jeg rett ut og kjøpte mine egne. Hvis du bruker vanlig muffinsbrett, bør du smøre formene godt. Vanlige, tynne papirformer vil ikke egne seg i denne oppskriften). Bruk to spiseskjeer til å klasje deigen oppi formene, ca like mye deig i hver. Sett silikonformene på et stekebrett og plasser brettet midt i stekeovnen. **NB. Ovnens skal være kald!** Skru så ovnen på 200 grader og la de stå der i 30 minutter. På denne tiden både etterhever og steker rundstykkeformene. Ta de ferdigstekte bollene ut av formene og avkjøl på rist. Spis!

Disse egner seg for øvrig godt til frysing. Jeg tar opp ved behov og varmer dem ca 50 sekunder på maks styrke i mikroen. Så enkelt og godt! ☐

Grove, grove rundstykker (melkefrie)



For en tid tilbake hadde jeg en legetime om morgenen og hadde derfor ekstra god tid da jeg skulle levere min yngste sønn i barnehagen. Vi tok det med ro og jeg satt meg ned med han i barnehagen før jeg skulle gå. Det var nesten hjerteskjærende å se hvor mye han satt pris på forandringen fra den sedvanlige raske inn-og-ut-prosedyren vi vanligvis gjennomfører: Hver gang et nytt barn eller voksen kom inn på avdelingen sa han med det mest strålende oppsynet du kan tenke deg: Mammaen min har ikke dårlig tid i dag. Hun har god tid! Og mora? Hu hadde bare lyst til å grine! Hva driver jeg egentlig med? (Jeg lar det forbli et retorisk spørsmål, men hvis jeg skal gi deg et hint vil jeg tro at tidsklemma ville være en del av svaret). Skal jeg være ærlig føles det ofte som jeg ikke vet hva jeg driver med! Men jeg har i det minste ganske god peiling på baking. Så om du vil få til hjemmebakte rundstykker i en hektisk hverdag, kan du prøve denne enkle oppskriften:

(18-20 stk avhengig av størrelse)

1 dl solsikkefrø

1 dl sesamfrø

5 dl havremelk

0,5 dl rapsolje

2 ss honning

25 g fersk gjær (evt 0,5 pose tørrgjær)

3 dl sammalt spelt, grov

6 dl sammalt (økologisk) hvetemel, fin

2 dl sammalt (økologisk) rug, grov

2 ts havsalt

0,5 dl linfrø

(Sesamfrø og solsikkefrø til toppen, kan sløyfes)

Start med å riste sesamfrø og solsikkefrø i en tørr stekepanne og avkjøl. Dette er ikke nødvendig hvis du har dårlig tid, men det gir god smak. Kan evt gjøres dager i forveien. Ha så alle ingrediensene i en eltebolle og elt deigen i ca 10 minutter. Deigen skal samle seg fint og være bare bittelitt klissete. Hell så deigen over i en mindre bolle (evt behold eltebollen) og dekk den med plast. Sett deigen inn i kjøleskapet og la den stå til du kommer hjem fra jobb og har tid til å bake videre. Ta deigen ut og del i 18-20 emner. Form til runde boller. Sett frem en skål med vann og en tallerken med sesamfrø og solsikkefrø blandet. Dypp bollene først i vann og rull dem så i frø. Legg på stekebrett kledd med bakepapir. La etterheve under plast i omtrent 60 minutter. Sett ovnen på 220 grader over- og undervarme. Stek rundstykker i ca 10 minutter midt i ovnen. De er ferdige når de har en hul lyd når du banker på dem. Avkjøl på rist. Rundstykkene kan fint frysas.



**Enkle, eltefrie og knallgode
rugrundstykker**



Hallo? Husker du meg? Bollefrua? Det føles som om det har gått både vinter og vår siden sist, men i grunnen er det vel bare vinter. ☐

I påskeferien (bypåske for vår del) lagde jeg noen fabelaktige gode rundstykker. Litt grove, saftige og svært smakfulle. Ved å la deigen heve over natten, får du nybakte rundstykker til frokost nesten uten å løfte en finger. Det lar seg til og med gjøre på en hverdag! Særlig nå som det er vår og lyst. ☐

Frokost til hverdag og fest:

300 g siktet hvetemel

90 g sammalt rug, grov

1 dl solsikkekjerter

1 dl finrevet gulrot (ca 1 medium gulrot)

1 ts havsalt

1 ts flytende honning

0,5 ts tørrgjær

3 dl kaldt vann

Rør alle ingredienser raskt sammen til en løs deig. Dekk med plast og la hele saligheten stå på kjøkkenbenken over natten. Ha raust med mel på et bakepapir og hell deigen utover. Brett deigen på langs med en slikkepott og hendene dine. Den skal hvile der i 30 minutter. Sett et stekebrett inn i ovnen og sett ovnen på 275 grader. Når det er gått en halvtime skrur du ovnen ned til 250, tar det brennhete stekebrettet ut av ovnen, deler deigen i ca 8-9 emner og bakser de over på brettet etter som du skjærer de opp. Sett det varme brettet midt i ovnen og stek i ca 10 minutter til de er litt gyldne og har en hul lyd når du banker på dem. ha over på rist og avkjøl litt. Kos deg.

Se [her](#) hvis du ønsker forklarende bilder om hvordan du baker disse.



**Pretzelboller med innbakt
brie og bringebærsyltetøy**



Det er så mye som er godt og så mye jeg har lyst til å bake. Dessverre rekker jeg ikke å få gjennomført halvparten av det jeg ønsker å få til. Hallo, jeg har knapt tid til å skrive om det her! Derfor blir det noen ganger tilfeldig hva jeg ender med å bake, litt avhengig av inspirasjon, tid og råvarer som er tilgjengelig. Og ikke minst, noe som frister der og da! Oppskriften på disse pretzelbollene kom jeg over på en amerikansk bakeblogg, men jeg har tilpasset den litt. Det som umiddelbart sto helt klart for meg, var at jeg måtte lage de! Og kanskje føler du det på samme måte.. ☐

Du trenger:

(Til ca 10 stk avhengig av hvor store du lager de)

2 dl lunkent vann

1 ts sukker

1,5 ts tørrgjær

1 ts salt

ca 5 dl-5,5 dl siktet hvetemel

2 ss mykt smør

en god bit brie

bringebærsyltetøy (kan sløyfes)

havsalt

1 eggeplomme + 1 ss vann til pensling

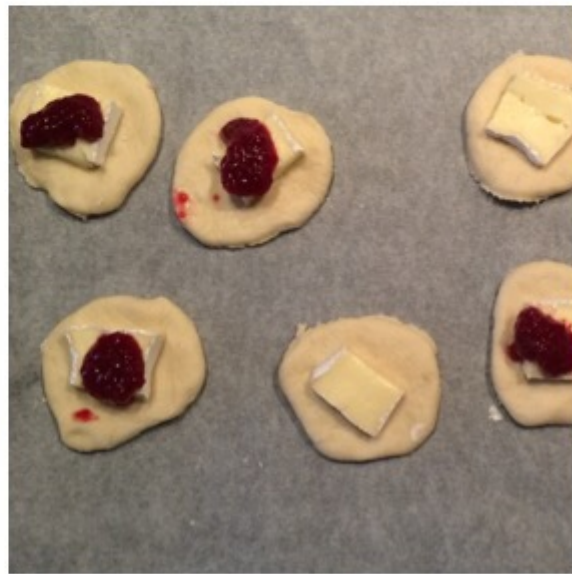
Til koking:

2,5 l vann

1,5 dl natron (2 poser)

Og slik gjør du:

Ha sukker, gjær og vann i en eltebolle. La det stå fem minutter så gjæren får løst seg opp. Tilsett salt, mel (men hold igjen på den siste dl) og smør. Elt i fem minutter. Deigen skal være myk og smidig, men ikke klissete (den skal kjevles). Min deig var perfekt med 5 dl mel, men mel oppfører seg så forskjellig. La etterheve til dobbel størrelse, ca en time.



Etter en time kan du koke opp 2,5 l vann med natron, så det er klart. Sett ovnen på 200 grader (vanlig under- og overvarme) Ha deigen på et lett melet bakebord. Kjevle deigen til den er ca 0,5 cm tynn. Finn et glass eller lignende og stikk ut sirkler. Du må ha i partall. Kjevle og stikk ut til det ikke er mer deig igjen. Legg halvpartene av sirklene på et brett med bakepapir. Skjær en bit brie og legg på hver sirkel. Topp med en liten ts syltetøy hvis du vil det. Ta litt vann i en kopp og smør litt vann langs kanten av deigsirklene. Legg en annen sirkel oppå og klem kantene mot hverandre med fingeren din eller med en gaffel så du får en tett kant. Gjør dette med alle sirklene. Pisk lett sammen eggeplomme og vann til pensling. Nå er du klar for koking!



Med en hullsleiv koker du tre og tre boller om gangen i 30 sekunder før du fisker de opp og legger de på et bakepavirkledd stekebrett. Når du har kokt alle bollene, pensler du de med egg og strør over havsalt. Inn i midten av ovnen med de i 12-14 minutter eller til de er gyldne og har en hul lyd når du banker på de. Avkjøl på rist. Kos deg med lun brie, litt sprø og salt skorpe og det gode og søte fra syltetøyet.



Den originale oppskriften finner du hos [Girl vs dough](#)

Halvgrove osterundstykker med smak av Italia



En av Bollefruas mest populære oppskrifter er “Enkle, grove rundstykker”. Hvorfor det? Jo, fordi nybakte rundstykker er en fantastisk hverdagsluksus! Men vet du hva som er enda bedre? Når baksten også er dekket med smeltet ost og kryddersmør!

Ostelykke:

(ca 10-11 stk, avhengig av størrelse)

2 ts sukker

0,5 pk gjær

3, 75 dl lunkent vann

2 ss olivenolje

2 dl sammalt spelt eller hvete

8-9 dl siktet spelt eller hvetemel

1 ts salt

Topping:

3 ss vann

2 ss smeltet smør

1 eggeplomme

1 hvitløksfedd, knust

2 ts pizzakrydder

0,5 ts salt

1 ts hvitløkspulver

ca 3 dl revet parmesan

Ha sukker, gjær og 1 dl vann i en bakebolle. Rør rundt og la gjæren løse seg litt opp. Ha i resten av vannet, olje, salt og det grove melet, samt 5,5 dl fint mel. Elt i fem minutter. Tilsett gradvis resten av melet til deigen slipper kanten av bollen og du har en blank og bare litt klissete deig. Dekk med plast og la heve i ca en time. Ha deigen på benken og del i ca 11 emner. Form til avlange rundstykker og legg på et bakepapirkledd stekebrett. Dekk med plast og la etterheve ca 30 minutter. Sett ovnen på 200 grader. Bland alle ingrediensene til toppingen i en skål og riv osten. Pensle raust med krydderblandingen og fordel osten over. Stek midt i ovnen i ca 12-15 minutter. De skal være gyldne og ha en hul lyd når du banker på dem Avkjøl på rist. SPIS.



Enkle speltrundstykker



Har du bakt med spelt før? Jeg bruker det nemlig ofte, på lik linje med vanlig hvetemel. Spelt er en eldre slektning av nåtidens hvete og har i følge brødguruen Bodil Nordjore: *Høy næringsverdi og god smak*. Videre skriver hun at mange (inkludert meg selv) tåler spelt bedre enn vanlig hvete, fordi gluten i spelt er lettere fordøyelig. Her får du en oppskrift på deilige speltrundstykker, kun tilsatt litt rug. Du får teste og se hva du synes. ☐



Gode, halvgrove speltrundstykker:

(ca 16 stk)

100 g smør, i terninger

3 dl melk

1 ss honning

0,5 pakke gjær

1 egg

1 dl sammalt rug, fin

2 dl sammalt speltmel

6,5 siktet spelt spelt, tilsett evt 1 dl til om deigen virker klissete

Melk eller sammenvispet egg til pensling

Evt valmuefrø eller sesamfrø til å strø over rundstykker før steking

Ha gjæren i en bakebolle. Varm melken til 37 grader og hell over gjæren. Ha i resten av ingrediensene, minus smøret, og elt i 5 minutter. Tilsett smøret litt etter litt og elt til alt smøret er arbeidet inn i deigen. La deigen hvile under plast i ca 45 minutter. Ha deigen på en melet overflate og kna

lett sammen. Del i 16 emner og form til rundstykker. La heve til ca dobbel størrelse. Forvarm ovnen til 230 grader. Pensle og strø over frø og stek midt i ovnen i 12-15 minutter til de er gyldne og har en hul lyd når du banker på dem. Avkjøl på rist.



Bollefruas festrundstykker

beste



Denne søndagen kunne alt fort gått skikkelig galt. Vi hadde vært altfor sent oppe, minstemann er syk og ute regner det så mye at snøen på bakken ser livet sitt passere i revy. Men så ble alt bare fint. Blide barn som leker uten å krangle, mann som serverer kaffe på senga og støvsuger. Og selv? Selv har jeg levd sakte, gått tur i regnværet og samlet på lykkelige sekunder.

Vi startet dagen med disse festrundstykkene til frokost og de ER virkelig festlige. Luftige, men med samme konsistens som hveteboller. Skorpen er usedvanlig sprø og står i deilig kontrast til den myke innsiden. Kanskje var det rundstykkene som reddet dagen? I såfall skal jeg servere de mye, mye

oftere.

Festrundstykker:

(ca 30 store rundstykker)

8 dl melk

250 gram smør

3 dl vann

2 ss sukker

2 ts salt

3 egg

100 gram gjær (2 pakker)

1,6 kg siktet hvetemel

egg til pensling

valmuefrø

Kok opp vann, smør og melk og avkjøl. (Væsken skal være kroppstemperert). Ha melkeblandingen i en eltebolle og rør ut gjæren i væsken. Tilsett resten av ingrediensene og elt til deigen slipper bollen. Hvis deigen er veldig fuktig kan du tilsette 2-4 dl mer mel. Men deigen blir mindre klissete etter at den har hevet. Hev en times tid, punkter gjerne deigen (slik at den faller sammen) et par ganger underveis. Bak ut rundstykker og ha de på bakepapirkledde stekebrett. Sett ovnen på 170 grader varmluft. Etterhev under plast i 30-40 minutter. Pensle med egg og strø over valmuefrø. Stek midt i ovnen i ca 15-20 minutter eller til de er gyldne og har en hul lyd når du banker på dem. Avkjøl på rist.



Oppskriften fant jeg i brødboken til Bodil Nordjore.

Jeg <3 rundstykker!



Det foregår en heftig debatt i familien vår. Kampen om syvtallet. Jeg har et barn på fire år som forneker eksistensen til tallet syv og et barn som er fullstendig fortvilet fordi det selvfølgelig strider mot all fornuft å telle når man hopper over syv. (Dessuten blir han snart syv år, ikke rart det er krise).

#ingendagerererkjedelige

I dag nektet den ene å åpne luke syv i julekalenderen og fikk åpne nr åtte i stedet. (Dette er alvor, folkens. Hva gjør vi den 24.?)

Selv er jeg også opptatt av dette tallet etter at jeg var på en fantastisk julelunsj med Opplysningskontoret for brød og korn på torsdag. (Mer om dette når jeg får bilder fra fotografen. Jepp! Det var egen fotograf for anledningen).

Syv er det vi kaller et magisk tall: I bibelen skaper Gud verden på syv dager, det er syv dager i en uke, tallet syv opptrer ofte i eventyr, det er syv farger i regnbuen, syv toner i skalaen, vi baker syv slag til jul osv.

Bollefrua er i allefall inspirert og har bestemt seg for å bake syv slag brød/rundstykker før jul. Men hysj! Ikke si noe til fireåringen min.



Jeg teller til ÅTTE, mamma.

Slag nr. 1: Grove hjerterundstykker

(ca 20 stk, 19 hvis du dropper syvtallet)

3,5 dl lettmelk

0,5 pk gjær tørrgjær

250 g siktet hvetemel

125 g sammalt hvete, fin

125 g sammalt rug, fin

0,5 ts sukker

0,5 ts salt

50 g smør

1 stk egg (evt bruk vann) til pensling

Ha mel, gjær, salt, sukker og melk i en bakebolle og elt deigen i 5 minutter (litt lenger om det er for hånd). Tilsett smør i terninger og elt til alt smøret er blandet inn i deigen. Tilsett evt noen spiseskjeer mel hvis deigen er altfor klissete. La heve under plast i ca en time. Ha deigen på et melet bakebord og del i 19-20 emner. (Deigen er antakelig fortsatt litt klissete, men du kan elte inn littt ekstra mel for hånd om du ikke klarer å forme hjerter. Husk bare at jo mer mer du bruker, jo kjipere/hardere blir rundstykkene). Sett ovnen på 225 grader. Ha hjertene på et bakepapirkledd stekebrett og la hjertene etterheve under plast i ca 30 minutter. Pensle med egg og stek midt i ovnen i ca 10 minutter eller til de er gyldne og har en hul lyd når du banker på dem. Avkjøl på rist.



Oppskriften fant jeg hos [Opplysningskontoret for brød og korn](#).

□

Skummelt HA...vrerundstykker!

gode



Bare litt på etterskudd kommer denne oppskriften på deilige havrerundstykker – halloween style. De har vært til stor glede i mine barns matbokser denne uken, men funker like godt til lørdagsfrokosten i morgen. Gleder meg allerede. ☐



Havre(u)hygge:

(16-18 stk)

5 dl lettmelk eller vann

1 pk gjær

4 ss olje eller smeltet smør

2 ts sukker

1 ts salt

1 ts malt kardemomme

3 dl havregryn , lettkokte

700g siktet hvetemel eller speltmel

1 egg til pensling

valmuefrø eller havregryn til pynt



Finn frem eltemaskinen eller en stor bakebolle. Varm melk/vann til den er fingervarm, 37 °C (heller for kald enn for varm!). Smuldre gjæren i væsken. Ha i resten av ingrediensene og elt i 5-10 minutter. Dekk bakebollen med plast og la deigen heve til dobbel størrelse, ca. 30 minutter. Ha deigen ut på et godt melet bakebord. Kna inn akkurat nok mel til at du klarer å forme en pølse av deigen og dele den i 16-18 like store emner. Trill dem til boller og legg dem på en stekeplate med bakepapir. Dekk rundstykkene med plast, og la dem etterheve til dobbel størrelse, ca. 30 minutter. Sett ovnen på 225 grader. Hvis du vil lage halloweenmønster, så tegn og klipp ut sjablonger som forestiller feks gresskar eller flaggermus. Legg sjablongene på rundstykkene og pensle med egg. Strø over valmuefrø ganske tett. Ta forsiktig av sjablomgen. (For enda mer utførlig fremgangsmåte, se [HER](#)). Evt pensle dem som vanlig med egg og dryss over havregryn. Stek rundstykkene midt i ovnen i ca. 10 minutter. Avkjøl på rist.



Oppskriften fant jeg hos opplysningskontoret for brød og korn.
God helg! ☐



To skumle typer