

Nyrørt jordbærsyltetøy og grove vafler



For ikke så lenge siden ble jeg utfordret til ha en "hvit" måned. Jeg skulle overleve en hel måned uten sukker! Å leve sukkerfritt gir for meg mange fordeler blant annet: stabilt blodsukker, mer overskudd og mye færre kalorier. Men så er jeg tross alt Bollefrua! Og jeg liker å kose meg og invitere på kaffe og noe godt. Heldigvis går det fint an å både bake og sylte uten sukker. Her får du oppskriften på nyrørt jordbærsyltetøy og grove vafler laget med [Natreen](#). Smaker helt nydelig!



Du trenger:

Til syltetøyet:

600 g jordbær, frosne eller ferske

1 dl [Natreen](#) strø

ca 15 g Certo frysepulver

Til vaflene:

1,5 dl hvetemel

1,5 dl fin sammalt hvete

1dl havregryn

0,5 ts salt

0,5 ts bakepulver

4 dl lettmelk

2 egg

2ss smeltet smør, evt mer til steking

0,5 ts kardemomme (valgfritt)

0,5 ts kanel (valgfritt)

2 ss [Natreen](#) strø



Slik lager du syltetøyet:

Rens jordbærene og del dem i mindre biter. Er bærene frosne, må de tines først. Ha bærene i en bolle. Ha Natreen i en annen bolle og sikt Certoen over natreenen. Rør godt sammen. Ha så natreen-blandingen over i bærene og bland til alt er rørt sammen og får en tykkere konsistens. Frys ned i mindre beholdere, så har du enkelt nyrørt syltetøy når du ønsker det. Kan oppbevares noen dager i kjøleskapet når det er tint.



Slik lager du vaflene:

Ha det tørre i en bakebolle og tilsett melk, egg og smeltet smør. Rør til en jevn røre og la swelle 20-30 minutter. Stek i forvarmet og smurt vaffeljern.

Spis vafler med nyrørt syltetøy og god samvittighet. ☐

Helt enkle lørdagsvafler!



Det er november. Det er lørdag. Det er en fin dag å steke vafler. Dette er ikke oppskriften for deg som er på jakt etter eventyr. Du finner ingen hemmelige eller eksotiske ingredienser her i gården. Det blir ikke noe kjerne av posjerte vaktelegg med gratinert lakrisstrø eller noe annet fancy. På lørdager lager vi snille og gode vafler med litt grovt mel og gjerne en rømmerest fra kjøleskapet. Dette er vaflene som alle liker, som smaker godt med litt syltetøy eller brunost, men som jeg også smugspiser med ekstra smør og sukker på, mens jeg står og steker. Du vet. Vi må kose oss når vi kan. ☐

Du trenger:

4 dl siktet spelt eller hvetemel

1 dl sammalt spelt eller hvete, grov

1 dl sukker

0,5 ts kardemomme

0,5 vaniljesukker

2 ts bakepulver

4 dl melk

1 dl rømme

2 egg

60 g smeltet smør+mer til steking

Bland mel, bakepulver, vanilje, kardemomme og sukker i en bolle. Tilsett melk og rør til en glatt røre. Pisk inn rømme og smeltet smør. Knekk til slutt i egg og rør til alt er blandet. La røren svulle i 30 minutter. Stek vafler som du pleier og avkjøl på rist. Kos deg.

**Jens sine halvgrove
speltvafler**



Det er onsdag. Uken siger fremover mot påske som et skip lastet med store forventninger. Jeg gleder meg. Men jeg tror Jens gleder seg enda mer. Han er akkurat stor nok til å huske omtrent hva som kommer: påskeegg, god tid, lange frokoster, bål på stranden, spille på iPad (jepp, vi er ikke bedre foreldre enn som så) og dessuten tenker jeg absolutt å gi han og storebroren en kjapp oppfriskning av påskeevangeliet med korset og det hele. For å bøte litt på ventetiden lagde vi vafler til kvelds. Oppskriften har bare dl mål (ikke vekt) som gjør det enklere for små barn å hjelpe til. Absolutt en aktivitet å legge til listen over hyggelige ting å gjøre sammen i påsken.

Jens' beste ventevafler:

8 dl siktet speltmel

1 dl lettkokte havregryn

1 dl sammalt spelt, grov

2 ½ ts bakepulver

1 ts malt kardemomme

1,5 dl sukker

3 ½ dl melk

3 ½ dl skummet kulturmilk

3 stk egg

1,5 dl smeltet smør, avkjølt (pluss ekstra for å smøre jernet)

Pisk alle ingrediensene sammen til en relativt tykk røre. La svulle i ca 30 minutter. Stek vafler som du pleier og KOS deg.



Krydrede kremvafler



I dag startet jeg dagen med å steke vafler til frokost. Det er fredagen sin det. Nå skulle jeg gjerne kunne skryte på meg at jeg gjorde dette av helt uselviske grunner, men sannheten er at jeg tester ut vaffeloppskrifter til en konkurranse via [Matbloggsentralen](#). [Sjømannskirken](#) åpner nemlig en ny kirke i Rio de Janeiro 3. mai og er i den anledning på jakt etter en ny vaffeloppskrift. Selv har jeg ingen sjømannskirkebesøk å skryte av, ennå, men jeg ble sittende å tenke på hva jeg assosierer med sjømannskirken. Dette er hva jeg kom frem til, kort oppsummert:

- *Hjem.* Jeg har alltid sett for meg sjømannskirken som et hjem borte fra hjemme, et sted nordmenn søker tilflukt når de er langt borte og kanskje lengter litt hjem.
- *Havn.* Jeg har et sånn litt barnslig mentalt bilde av en kirke som ligger ved havna. En koselig en. Så sjømennene bare kan hive skipssekken på ryggen og gå inn å få seg en kopp kaffe og et bibelord før ferden går videre.
- *Jobb.* Jeg kjenner folk som jobber eller har jobbet i sjømannskirken.
- *Kjærlighet.* Mange gifter seg her når de ønsker å smi

lenkene i utlandet. Siden jeg allerede er gift, må jeg satse på at noen jeg kjenner kan invitere meg til bryllup utenlands. Noen frivillige? Bollefrua kan ta med kake.

- *Vafler*. Klassisk sjømannskirkeservering!

Mitt bidrag til denne vaffelkonkurransen er en variant med mye godt i, kan man trygt si. Krem, yoghurt, smør, sukker, egg og krydder som minner litt om jul og pepperkaker.

Kremvafler med smak av høytid:

(ca 22 vaffelplater)

3 egg

3 dl kremfløte

2 dl yoghurt naturell

5 dl melk

250 g smør

100 g sukker

625 g hvetemel eller speltmel

1 ts bakepulver

1 ts vaniljesukker

1 ts kanel

1 ts kardemomme

0,5 ts ingefær

0,25 ts nellik

Smelt smøret. Ha så alle ingredienser i en stor bolle og bland med en elektrisk visper til en glatt røre. La stå å svulle i

20-30 minutter og pisk så på nytt for å bli kvitt eventuelle klumper. Er røren altfor tykk, kan du evt spe med litt mer melk.

Stek vafler som du pleier. Kos deg!



Bananvafler, da vel og et lite farvel.



Det er søndag, det er september og det er høstferie. (Halleluja). Vi har stengt hytta for i år og det er alltid litt vemodig. Men samtidig kjenner jeg at jeg er klar for å innta høsten! Kom regn og vind, kom lav sol og høy himmel, kom klare høstluften og rødmende trær. Gi meg pledd og te

(forresten, dropp te, jeg er ikke så glad i det), gi meg heller kaffe og eplekake med krem, gi meg gryterett og gode tv-serier! Jeg vil skifte til vinterdyne og sette vinduet på vidt gap, jeg vil gå med dr.Martens støvler og skjerf (og noe mer da), jeg vil høylytt irritere meg over julemarsipan i oktober (mens jeg i stillhet gleder meg til desember). Så kjære høst, du er velkommen hos meg, her vil du ingen motstand finne. (Men jeg blir kanskje litt irritert når jeg må skrape vinduer om morgenen, jeg ber om unnskyldning for det på forhånd).

Da vi tok farvel med hytta og sommeren i dag lagde jeg, [tradisjonen tro](#), vafler. Det er noe sabla fabelaktig, og ikke minst komforting, med vafler og jammen meg kan de ikke varieres i det uendelige. Denne varianten med banan og rømme, ble ekstra sprø og hadde et hint av krydder fra banan og kanel. Perfekt.



Bananvafler:

(omtrent 12 litt tykke plater)

3 egg

1 dl sukker (kan sløyfes, bananene gir mye sødme)

2 modne bananer, most med en gaffel

75 gram smeltet meierismør, jeg brukte Rørossmør

3 dl rømme

3 dl melk

1 ts kardemomme

1 ts kanel

7,5 dl hvetemel, jeg brukte speltmel

smør til å smøre jernet

evt melis til pynt



Pisk egg og sukker og tilsett banan og smør. Rør inn rømme og melk og ha tilslutt i det tørre. Bland til en tjukk røre. Hvis du foretrekker den tynnere, så spe evt med melk. La røra svulle i 30 minutter før du steker som vanlig. Avkjøl på rist og server med det du liker best. Ha en fin kveld, da vel!



Farvel, kjære utsikt! (sees til våren)

Eplevafler

Noen ganger er vafler alt som skal til. <3



Eplevafler:

2 egg

2 dl lettmelk

1 ss sukker

0,5 ts bakepulver

50 gram solsikkeolje

75 gram fin sammalt hvete

100 gram hvetemel

1 eple

en skvis sitronsaft

0,5 ts kanel

Bland alle ingredienser unntatt eple til en glatt røre og la røren svulle i minst 20 minutter. Skrell og riv eplet rett før steking og bland i røren. Stek vafler og avkjøl de på rist. Server med ditt favorittstæsje.



Verdens beste vafler! (Og litt fra en ganske fin helg).



Sjelefred

Vi har vært på hytta. Og selv om Bollefrua har vært tynnslitt (og dermed kanskje litt muggen) etter heavy uke og til tross for at Samuel ble syk, så har helgen vært fin. Sola har skint og sørget for litt indian summer, vinden var mild og vi fikk besøk av Venninnen med familie. Og da lagde jeg vafler. Antakelig verdens beste. Oppskriften, med litt endringer, fant jeg hos [Matmisjonen](#), en veeldig fin blogg.

Vafler (og ikke noe grovt mel i siktet):

12-14 stk

- 2 egg

- 4 dl lettmelk
- 3 dl lettømme
- 1,5 dl sukker
- 350 g hvetemel
- 1,5 ts bakepulver
- 1 ts vaniljesukker
- 150 g smeltet smør
- 1 ts kardemomme

1. Visp sammen egg, melk og rømme.
2. Tilsett øvrige ingredienser og visp til en jevn røre.
3. La stå i 30 minutter.
4. Stek og vær glad.



Venninnen var stekesjef. Snilla.





Vaffel med spiselige blomster blir muligens ikke den nye vaffel med brunost, men fint å se på da. Og litt jåleri er lov.



Mamma, mamma, mamma, kan jeg få vaffel?
Mamma?



Sjørøvere må jo også ha mat.



Sjørøver nr 2



Når høyvannet går over bryggen, er høsten nær.



Sesongens siste bringebær. Flaks at vi hadde rørte bringebær i fryseren.

Grove vafler. (Sunn frokost i en pretty package).

Det er søndag, det er tidlig og jeg har allerede vært oppe en time. Jeg forsøker å ta inn over meg det alle sier, at denne tiden med små barn går så fort og at jeg må nyte det, men lett er det ikke. Ikke tidlig om morgenen, hvertfall! I går fikk

jeg sove lenger og da lagde jeg vafler til frokost. Grove vafler uten sukker, det er nesten som å servere grovbrød, det. Hvis man legger godviljen til. Og det synes jeg flere enn Bollefra burde gjøre.



For å gjøre suksess en tidlig morgen, trenger du:

- 1,5 dl hvetemel
- 1,5 dl fin sammalt hvete
- 1dl havregryn
- 0,5 ts salt
- 0,5 ts bakepulver
- 4 dl lettmelk
- 2 egg
- 2ss smeltet smør, evt mer til steking
- 0,5 ts kardemomme (valgfritt)
- 0,5 ts kanel (valgfritt)



Jeg innrømmer gjerne at jeg synes det kan være litt pes med barn på kjøkkenet, men akkurat vafler er ikke så verst.

Ha det tørre i en bakebolle og tilsett melk, egg og smeltet smør. Rør til en jevn røre og la svulle 20-30 minutter. Stek og vær glad.

