

Grovboller

9 dl vand
1 tsk æblecidereddike
10 g gær
35 g loppefrøskaller
100 g glutenfri havregryn
100 g majsme
250 g boghvedemel
3 tsk salt
½ tsk kardemomme
50 g hørfrø
50 g solsikkekerner
50 g græskarkerner

Kom vand, eddike, gær og loppefrøskaller op i røre skålen. Rør det sammen til gæren er opløst og loppefrøskaller er blandet godt ud deri. Tilsæt resten af ingredienserne og lad dejen røre ved lav hastighed på røre maskinen i ca. 15 minutter. Skrab dejen af K spaden/krogen samt kanterne og sørg for den er fint samlet, inden den dækkes med et klæde og hæver ca. 1 time til halvanden.

Form bollerne med en god metalske og dyp gerne i kerner på vejen over på bagepladen. Bages ved 200 grader i ca. 35 minutter til bollerne er fint gyldne og hårde i skorpen.

Dejen kan også bages til 2 brød. De skal bage ca. 1 time og 10 minutter ved 200 grader.

Copyright Det Glutenfri Bageatelier 2019