

Dag 2

Grötbullar

Ibland blir det en liten rest av frukostgröten. Passa då på att utnyttja grötens goda egenskaper i ett bak. Gröt i brödet fungerar på samma sätt som skållat mjöl och ger ett saftigt och hållbart bröd.

Ingredienser

25 g jäst
2 dl vatten, 37°
ca 1 dl havregrynsgröt
1 msk olja
8 dl ljust lantbrödsmjöl + ca 1 dl
till utbakning
2 msk linfrön
½ tsk salt
1 ägg
solrosfrön

1

Lös upp jästen i lite av vattnet. Rör ner gröten, resten av vattnet och oljan. Blanda samman mjöl, linfrön och salt och rör ner, lite i taget. Arbeta ihop till en deg och knåda en stund. Lägg att jäsa under duk till dubbel storlek. Det tar ca 40 minuter.

2

Knåda degen och arbeta eventuellt in mer mjöl. Forma 12 bullar och lägg på smord plåt. Värm ugnen till 175°. Jäs bullarna under duk 30 minuter. Pensla med uppvispat ägg och strö på solrosfrön.

3

Grädda bullarna 25 minuter. Låt svalna på galler under bakduk.

