

# GLUTENFRI BOLLER

TIL 12 BOLLER  
TID: 2 TIMER



## DET SKAL DU BRUGE

4 dl. lunket vand  
20 g. gær  
20 g. olie  
10 g. honning  
10 g. salt  
35 g. hørfrø  
25 g. solsikkekerner  
20 g. loppefrøskaller  
50 g. glutenfri havregryn  
50 g. kartoffelmel  
100 g. majs mel  
100 g. rismel

Pensling og pynt:  
1 sammenpisket æg og lidt  
havregryn



## SÅDAN GØR DU

1. Rør gæren ud i vandet og tilsæt honning, olie, salt.
2. Tilsæt resten af ingredienserne og rør dejen grundig sammen.
3. Fugt hænder og form 12 boller. Slut af med at glatte dejen med våde finger så bollerne får en ensartet overflade.
4. Lad bollerne hæver 1 timer under et fugtigt klæde.
5. Pensel evt. med pisket æg og drys med havregryn.
6. Bages ved 225 grader, ca. 12 minutter.
7. Sørg altid for at lune bollerne inden servering ellers virker de nemt tørre.



## TIPS OG TRICKS

- Lun bollerne inden de spises.