

FINE RUNDSTYKKER (Ca. 30 stk.)



INGREDIENSER:

1 kg siktet spelt eller dala landhvetete
400 gram finmalt spelt, dala landhvetete eller
emmer
2 ts salt
1 liter lunkent vann
1/3 pakke gjær

FRAMGANGSMÅTE:

- Bland sammen de tørre ingrediensene.
- Løs gjæren opp i det lunkne vannet, og ha væsken i melblandingen.
- Dekk til bollen med plast, og la heve et par timer. Eltes litt før du former til rundstykker. (Du kan eventuelt bruke kaldt vann, og langtidsheve på kjøkkenbenken over natten)
- Pensle med egg eller vann.
- La rundstykkene heve i 45-60 minutter på stekebrettet.
- Stekes midt i ovnen på 225 grader i 15 – 20 minutter.
- Avkjøles på rist