



Glutenfri boller eller flutes

Det skal du bruge:

175 gram boghvedemel
175 gram groft rismel
80 gram kartoffelmel
3 spsk HUSK
20 gram salt
50 gram gær
7 dl. vand
2 æg
½ dl sirup (50 gram)

Fremgangsmåde:

Alle tørre ingredienser blandes i en skål
Rør gæren op i lidt vand og kom vand, gærblanding og sirup i den tørre melblanding
Æltes med spaden på røremaskine i ca. 5 min
Hæver i en trekvart times tid i skålen
Dejen bliver helt – sådan lidt gummiagtig – så de er nemme at forme i hænderne uden brug af nogen mel.
Formes til boller a 90 gram en 15-16 boller
Efterhæver igen en trekvart times tid.
Bages i ca. 25 min ved 230 grader
Kan pyntes med sesamfrø når de er lagt op på pladen inde efterhævningen.

Velbekomme

www.finn-ekelund.dk