

Rugboller

Antal: 10 boller

Ingredienser

25 g gær
2 dl vand
2 dl yoghurt
2 spsk. honning
50 g groft spelt mel
250 g rugmel
100 g hvedemel
½ spsk. salt
½ sammen pisket æg
Birkes eller sesam



Fremgangsmåde:

Opløs gæren i det lunkne vand og tilsæt yoghurt og honning.

Bland de 3 slags mel og saltet og rør det i gær blandingen. Rør det godt sammen og ælt derefter dejen grundigt på et mel drysset bord.

Læg dejen i en skål og dæk den med et viskestykke, og sæt dejen til hævnning ved stuetemperatur i ca. 1 time (eller til dobbelt størrelse)

Forvarm ovnen til 200 grader.

Dejen er lidt klistret så dyp ænderne i mel gentagne gange, mens du former bollerne.

Sæt bollerne på bagepladerne beklædt med bagepapir, pensl med æg og drys med birkes eller sesam.

Bag bollerne i 30 minutter og lad dem køle af på en bagerist.

Velbekomme!