



BØRN MED MÆLKEALLERGI

Giv dit barn en god hverdag

NEMME SMÅ BRØD – BOLLER OG FLUTES

INGREDIENSER:

4 personer

25 g gær
½ liter koldt vand
20 g groft salt
30 g sukker
Ca. 700 g hvedemel

Til flutene:
½ dl olivenolie
2 fed hvidløg



SÅDAN GØR DU:

Gæren udrøres i det kolde vand. Salt og sukker tilsættes. Melet kommes i lidt efter lidt, og der æltes til sidst godt igennem. Husk aldrig at komme for meget mel i. Dejen hæver lunt og tildækket i 2 timer, hvorefter dejen slås ned og deles i 2 dele (til boller og flutes).

Boller:

Dejen skæres ud til 10 små boller, der sættes på bageplade med bagepapir. De behøver ikke at trilles runde. Her efterhæver de lunt og tildækket til dobbelt størrelse (ca. 1 time).

Pensles ikke. Bages ved 250 grader i 8-10 min.

Flutes:

Dejen rulles ud til fingertynde små flutes – eller rulles til lange tynde pølser, der snoes og skæres ud. Sættes ligeledes på bageplade med bagepapir og efterhæver lunt og tildækket til dobbelt størrelse (ca. 1 time).

Hvidløg presses og kommes i olivenolie. Før brødet hæver på pladen smøres olien på flutene. Hvis flutene ikke er snoede, skæres der riller i dem med en skarp kniv.

Bages ved 235 grader i 8-10 min.