Sandwichboller med revet æble

Forfattere: Anette Kamuk
Faglige temaer: Bagning, Bolledej, Æbler

Introduktion:
Her finder du en opskrift på sandwichboller. Hvad skal din sandwich indeholde, for at den kommer til at appellere til alle sanser? Smagsrige fødevarer? Farverige fødevarer? Noget sprødt, noget blødt, noget nyt...?

Aktivitet med dialogoplæg og billeder

Kopiark

Kopiark:
Sandwichboller med revet æble.pdf

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv

Sandwichboller med revet æble

Forfatter:
Anette Kamuk

Introduktion:
Her finder du en opskrift på sandwichboller. Hvad skal din sandwich indeholde, for at den kommer til at appellere til alle sanser?
Smagsrige fødevarer? Farverige fødevarer? Noget sprødt, noget blødt, noget nyt...?



Ingredienser:

20 g gær
6 dl vand
2 dl ymer 3,5 %
80 g solsikkekerner
80 g havregryn
240 g revet økologisk æble (2 store æbler med skræl)
3 tsk. salt
550 g økologisk grahamsmel
750 g økologisk hvedemel

Fremgangsmåde:

1. Rør gæren ud i det lune vand
2. Tilsæt de øvrige ingredienser, og rør rundt i dejen
3. Lad dejen hæve køligt natten over
4. Del dejen i passende størrelser, og form bollerne
5. Læg bollerne på en bageplade med bagepapir
6. Lad gerne bollerne hæve ½ time
7. Bag bollerne i ovnen ved 260 grader i 4 min og herefter ved 220 grader i 16-18 min

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv