Grove knuterundstykker med havre

Ingredienser



♥ 500 g hvetemel
♥ 400 g grovt, sammalt hvetemel
♥ 100 g store havregryn
♥ 1 pk tørrgjær (se tips)
♥ 1 ts salt
♥ 125 g smør
♥ 6 dl melk
♥ 1 egg

Pynt:
♥ 3 ss havregryn (små, lettkokte)

Fremgangsmåte

Ha hvetemelet i bakebollen. Bland grovt, sammalt hvetemel med store havregryn og tørrgjær.

Ha dette i bollen med hvetemelet. Bland deretter inn saltet (se tips).

Smelt smøret i en kjele. Bland det smeltede smøret med melken. Varm opp smørmelken til den er fingervarm (i underkant av 37 °C). Bland inn lett sammenpisket egg.

Ha væsken i bollen med det tørre og elt deigen i ca. 10 minutter i kjøkkenmaskin med eltekrok, så deigen blir fin og smidig. La deigen heve i 1 time.

Del deigen i jevnstore emner. Jeg deler mine i emner på ca. 100 gram deig per emne, og får da 17 stk.

Trill deigen til lengder og slå knute på dem, slik at du får knuteformede rundstykker.

Legg rundstykkene på to bakepapirdekkede stekeplater. Pensle over rundstykkene med vann og dryss over litt havregryn til pynt.

La rundstykkene etterheve i 30 minutter.

Stek knuterundstykkene midt i ovnen ved 225 °C i 10-12 minutter, til de er gylne og gjennomstekte.

Tips

♥ Salt kan ødelegge heveegenskapene til gjæren. Bland derfor tørrgjæren med det tørre før du tilsetter salt. Da unngår du at gjæren kommer i direkte kontakt med saltet.

♥ 1 pk tørrgjær tilsvarer ca. 13 gram. Det er ikke noe i veien for å bruke 1 pk fersk gjær (50 g) hvis du foretrekker det. Løs i så fall gjæren opp i den fingervarme væsken før du blander væsken med det tørre og starter elteprosessen.

♥ Disse havrerundstykkene holder seg myke i flere dager hvis du pakker dem godt inn i plast. De er også veldig fine å fryse.

© 2004 - 2026: Det søte liv. Med alle rettigheter.

Source URL: https://dev.detsoteliv.no/oppskrift/grove-knuterundstykker-med-havre