Fruktlær med solbær (Solbærremser)



Ingredienser

♥ 400 g solbær (friske eller fryste)
♥ 75 g sukker

Pynt:
♥ finkornet sukker (se tips)

Fremgangsmåte

Ha solbær i en food processor med hakkekniv. Dersom du bruker fryste solbær, bør du la de tine en stund i food processoren, slik at de blir myke.

Tilsett sukker (eller annen søtning, se tips).

Kjør blandingen sammen til en glatt mos.

Ha mosen over på en bakepapirkledd stekeplate. Bruk en smørekniv til å bre solbærmosen utover platen i et tynt, jevnt lag.

Sett platen midt i ovnen ved 80°C og la solbærmosen tørke i ca. 3 timer. Åpne ovnsdøren innimellom og kjenn etter hvordan det går med tørkingen. Tørkingen er ferdig når det går an å ta på solbærmosen på overflaten uten at dette gir merker, men den skal fortsatt kjennes myk og seig (se tips).

Ta platen ut av ovnen og la avkjøle i 30 minutter.

Bruk en saks til å klippe opp remsene. Dra forsiktig av bakepapiret.

Vend remsene i finkornet sukker. Rist av overflødig sukker.

Serveres som remser eller rulles i pene fruktruller.

Tips

♥ Sukker kan byttes ut med 2 ss honning, lønnesirup eller 1 godt moden banan. Personlig synes jeg smaken blir best med vanlig sukker.

♥ Det går fint å lage dobbel porsjon og tørke to plater i ovnen samtidig. Pass i så fall på å bytte plasseringen av platene i ovnen underveis i tørkingen. Alternativt kan du tørke to plater på 70°C varmluft, så slipper du å flytte på platene underveis.

♥ Du bør følge med litt underveis i tørkeprosessen. 3 timer pleier å være passe til den angitte porsjonen, men ovner kan jo være litt forskjellige, så du bør sjekke innimellom. Tørkes bærmosen for lenge, blir den for tørr, og det er ikke meningen. Fruktlær skal være mykt, bøyelig og seigt.

♥ Bruk finkornet sukker til rulle remsene i og rist av det overflødige. Det er ikke meningen at det skal knase i sukker når du spiser fruktlær. □□Hvis du vil unngå sukker, kan du droppe å vende remsene i sukker. Da blir remsene syrligere så klart, men fortsatt gode.

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

Source URL: https://dev.detsoteliv.no/oppskrift/fruktlaer-med-solbaer-solbaerremser