



Grove horn med spelt

Grove horn bakt med spelt er sunne og gode og passer perfekt i matboksen

🕒 OVER 60

👩 ENKEL

Slik gjør du

- ① Alt det tørre blandes godt sammen
- ② Tilsett tørrgjær og bland godt (ved bruk av fersk gjær røres gjæren ut i litt av væsken)
- ③ Tilsett vann og olje/margarin og elt deigen til den blir smidig og glatt
- ④ La deigen heve under plast i ca. 30 min
- ⑤ Del deigen i to og kjevle til en sirkel ca. 40 cm i diameter
- ⑥ Deles så i åtte og rulles til horn. Sett dem på en plate med stekepapir
- ⑦ Hornene dekkes med plast eller et klede og heves på et lunt sted i ca. 45 – 60 min
- ⑧ Stekes ved 225 °C i 12 – 15 min. Steketiden kan variere fra ovn til ovn. Avkjøles på rist



Dekorer gjerne hornene med ønsket type frø, for eksempel sesamfrø eller litt sammalt speltmel



Hornene kan gjerne fylles med skinke og ost eller annet fyll før steking



Hornene kan gjerne fryses, så bak opp dobbel porsjon når du først er i gang. Tines på kjøkkenbenken eller ved svak varme i ovnen

Ingredienser

600 g	Møllerens Speltmel siktet
400 g	Møllerens Speltmel sammalt grovmalt
100 g	solsikkefrø
50 g	tørrgjær/ fersk gjær (1 pose)
3 ss	olje/ margarin
1 ts	salt
6 dl	vann

Produkter du kan benytte til denne oppskriften

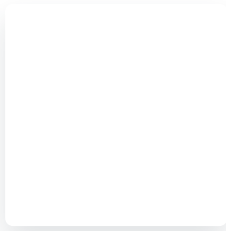


Møllerens
Speltmel
siktet



Møllerens
Speltmel
sammalt
grovmalt

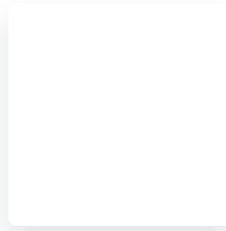
Lignende oppskrifter



Brytebrød

🕒 OVER 60

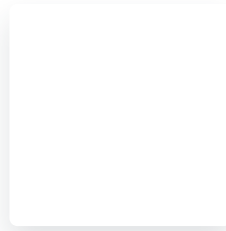
👨‍🍳 ENKEL



Grove horn

🕒 OVER 60

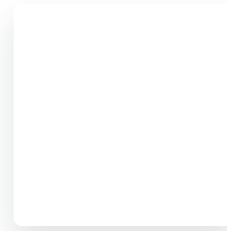
👨‍🍳 MIDDELS



Grove rundstykker

🕒 OVER 60

👨‍🍳 MIDDELS



Grove solsikkerundstykker

🕒 OVER 60

👨‍🍳 ENKEL