

Gulerodsbrud med nem surdej

8 - 10 stk.



for let øvede

Op til 30 Min.



Ingredienser:

Redskaber:

standmixer

Gulerodsbrud:

500 g hvedemel (gerne med proteinindhold på mindst 12 g pr. 100 g)

1 pose Dr. Oetker Surdej

1 tsk. groft salt

2 spsk. sukker

2 ½ dl lunken vand

40 g blødt smør

150 g gulerødder - groftrevet

75 g solsikkekerner

1 æg str. M/L

1 Dej:

Bland mel med indholdet fra en pose Surdej, salt og sukker. Tilsæt vand og smør og ælt dejen godt i ca. 10 minutter i en standmixer, indtil dejen er blank og smidig. Den lange æltetid er vigtig for at aktivere glutenet i melet, hvilket påvirker bollernes struktur. Det er helt klart nemmest at ælte dejen på en standmixer, når den skal æltes i så lang tid. Alternativt så kan man prøve at ælte dejen med en kombination af en håndmixer med dejkroge og håndkraft.

Form dejen til en kugle og læg den på et let meldrysset bord og lad den hæve under et fugtigt (hårdtopvredet) viskestykke i ca. 1 time.

2 Formning af gulerodsbrud:

Pres en stor fordybning i dejen. Kom de revne gulerødder, solsikkekernerne og æg i fordybningen.

Hak med en bordskraber eller en kniv dejen i små stykker, mens gulerødder, solsikkekerner og æg blandes ind i dejen. Vend dejen lidt rundt, mens der hakkes, så det hele blandes godt. Dejen skal IKKE æltes og samles til en ensartet dej. Den skal være lidt rustik at se på.

Del dejen i 8-10 klatter, som løftes over på en bageplade med bagepapir. Dæk gulerodsbruddene til med et fugtigt viskestykke, og lad dem efterhæve ca. 1 time.

3 Afbagning:

Tænd ovnen på 220 °C traditionel varme, det sidste kvarter af hævetiden.

Bag gulerodsbruddene i ca. 15 minutter i nederste tredjedel af ovnen.

Dæk gulerodsbruddene til med et viskestykke, når de kommer ud af ovnen, så de bevarer blødheden imens de køler af.



Bagetid: ca. 15 minutter

Tips:

Man kan sagtens bruge andre typer kerner eller frø i stedet for solsikkefrø.

Hvis muligt så brug hvedemel med et proteinindhold på 12 g pr. 100 g, dette gør at bollerne får en bedre konsistens og bliver mere luftige, når dejen bliver æltet længe. Du kan se på pakken med mel hvor meget protein der er pr. 100 g.

Gulerodsbrud er fryseegnede i op til 3 måneder.