BAKA

Kalljästa glutenfria frallor

Kock: **Katrine Loo & Patrik Sers** Tid: **40 min** Portioner: **8**

Vem älskar inte doften av nybakat bröd? Baka dessa och din glutenintoleranta vän kommer dofta sig till dig!

Ett härligt kalljäst glutenfritt bröd som får jäsa i kylen över natten, eller om du sätter degen på morgonenså kan du grädda bröden när du kommer hem från jobbet och servera dem till en soppa.

Vill du så kan du smaksätta degen med torkade örter, tomatpuré, parmesanost.

40

INGREDIENSER

25 g färsk jäst
5 dl kallt vatten
1 msk fiberhusk
2 msk neutral olja
1 msk strösocker (för jäsningshjälp)
1,5 tsk salt
7 dl glutenfri mjölmix (vi använder finax)

GÖR SÅ HÄR

1. Smula jästen i en bunke, slå över det kalla vattnet och rör tills jästen löst upp sig.Tillsätt fiberhusken och blanda ordentligt.Låt svälla i 10 minuter.

2. Blanda ner övriga ingredienser, använd elvispens degkrokar (eller bakmaskinens degkrok).Degen ska kännas seg och som alltid när man bakar glutenfritt ska degen var kladdigare än "vanlig" deg.

3. Täck bunken och ställ in i kylen, över natten eller minst 8 timmar (inga problem om den står uppåt 12 timmar).

4. När degen har jäst klart, sätt ugnen på 225 grader.
Ta fram degen, stjälp upp den på väl mjölat bakbord.Du behöver inte knåda degen utan dela den i 8-10 bitar med en degskrapa (beroende på hur stora frallor du vill ha).

5. Mjöla dina händer och flytta över frallorna till ett bakplåtspapperVill du ha runda frallor kan du vika in kanterna.

6. Ställ in plåten i den varma ugnen, grädda frallorna i 15-20 minuter tills de får fin färg.