



SØT BAKEMIKS

ET OPPSKRIFTSHEFT FOR SØT BAKEMIKS
+
TIPS TIL HVORDAN LYKKES MED
GLUTENFRI BAKST!



INNHOLD



Side 3

Hvordan lykkes med glutenfri
bakst?

Side 4

Sjokoladesnurr

Side 5

Kardemommekringle

Side 6

Bringebærkrans

Side 7

Bollefocaccia

Side 8

Skoleboller

Side 9

Boller

Side 10

Kanelboller

HVORDAN LYKKES MED GLUTENFRI GJÆRBAKST?

Mine tips

1. Et lite triks når du skal bake glutenfri gjærbakst er god tid, akkurat som det var den gangen du bakte vanlig gjærbakst.
2. Bruk kjøkkenmaskin! En kjøkkenmaskin er en nødvendig investering ved glutenfri gjærbakst. Deigen trenger hjelp til å strekke seg, og ved bruk av kjøkkenmaskin kan du la blandingen blande seg i min. 10 min for best mulig resultat. Ikke bruk eltekroken, men det som kalles flatvisp eller K-krok.
3. Tilsett ALLE våte ingredienser fingerlunkne. Dvs at du smelter smør, tilsetter melk, kesam og varmer opp til lik temperatur før du blander det sammen med miksen, eller melet, du bruker.
4. La deigen heve godt slik at resultatet blir så luftig og smakfullt som du forventer deg. La deigen heve min. 30 min i bakebollen før du går videre.
5. Form boller, skoleboller, sjokoladesnurrer, kringle, kanelsnurrer eller det du ønsker deg og la det heve på nytt i min 30 min.
6. Gjærbakst stekes stort sett på 200 grader, men tiden kan og vil variere fra ovn til ovn og ikke minst i forhold til størrelsen på for eksempel bollene. Følg med underveis og sorg for at steketiden avsluttes i det baksten har fått en gylden og jevn farge.

Finn flere tips og triks på [detglutenfrieverksted.no!](http://detglutenfrieverksted.no)



SJOKOLADESNURR

Dette trenger du:

2 poser Søt Bakemiks fra Det Glutenfrie Verksted

1 pk fersk gjær

1 boks kesam (evt soyayoghurt)

40 g smør

4 dl melk

1/2 boks Nugatti eller Nutella

Hasselnøtter

Egg til pensling (ikke nødvendig)

Melis til dekor

Dette gjør du:

1. Følg fremgangsmåten på baksiden av posen. NB! Husk at kesam varmes opp sammen med melk og smør, til fingerlunken temperatur før du rører ut fersk gjær.
2. Sett deigen til heving, gjerne 1 time i bakebollen. I mellomtiden finner du frem silikonmatte, kjevle og nugatti/ nutella.
3. Legg deigen på silikonmatten, elt litt sammen før du bruker kjevla til å kjevle ut et rektangel. Deigen skal ikke være klissete, men skulle den være det så har du litt ekstra mel tilgjengelig til utbaking.
4. Smør på nugatti.
5. Rull deigen sammen på langs.
6. Skjær opp deigen i like biter, 3-4 cm tykke.
7. Kle en rund bakeform 24-26 cm med bakepapir, start med å sette en bit i midten, jobb deg utover og rundt.
8. Sett til ny heving i min. 30 min.
9. Pensle med sammenpisket egg (ikke nødvendig)
10. Sett ovnen på 200 grader, stek i ca 20-25 min
11. Riste litt hasselnøtter i en stekepanne.
12. Lag melisglasur og dekker snurrene med glasur og ristede hasselnøtter

God fornøyelse! :)

KARDEMOMMEKRINGLE MED PISTASJNØTTER

Dette trenger du:

2 poser Søt Bakemiks fra Det Glutenfrie Verksted

1 pk fersk gjær

1 boks kesam (alternativt soyayoghurt)

40 g smør

4 dl melk

Egg til pensling (ikke nødvendig)

Til fyll trenger du:

100 gram mykt smør

2 ts kardemomme (har du tilgang til kardemommekjerner du kan male selv så er det helt klart det beste resultatet)

2 ss rårørsukker eller vanlig raffinert sukker

100 gram grovhakkede pistasjnjøtter (usaltede!)

Melis til dekor

Dette gjør du:

1. Følg fremgangsmåten på posen. NB! Husk at kesam varmes opp sammen med melk, og smør til fingervarm temperatur før du løser opp fersk gjær.
2. Hev deigen gjerne 1 time, i bakebollen. I mellomtiden finner du frem silikonmatte, kjevle og gjør klart fyllet.
3. Legg deigen på silikonmatten, elt litt sammen før du bruker kjevla til å kjevle ut et rektangel. Deigen skal ikke være klissete, men skulle den være det så har du litt ekstra mel tilgjengelig til utbaking.
4. Smør på blandingen med smør, sukker og kardemomme og strø pistasjnjøtter jevnt utover.
5. Rull deigen sammen på langs til en lang pølse
6. Bruk en skarp kniv til å gjøre et snitt på langs, behold sidene hele.
7. Kle et stekebrett med bakepapir, legg deigen oppå. Form så ønsket kringle ved å tvinne dette sammen. Det oppleves ganske klissete og ujevnt men det gjør ingenting, form den så godt du kan med hendene og sett til ny heving ca 30 min.
8. Pensle med sammenpisket egg (ikke nødvendig)
9. Sett ovnen på 180 grader, stek i ca 40-45 min, dekk gjerne til med bakepapir dersom den blir tidlig brun.
10. Avkjøl på rist før du pynter med melisglasur og strør litt finkhakkede pistasjnjøtter over.

God fornøyelse! :)

BRINGEBÆRKRANS

Dette trenger du:

2 poser Søt Bakemiks fra Det Glutenfrie Verksted

1 pk fersk gjær

1 boks kesam (alternativt soyayoghurt)

40 g smør

4 dl melk

Egg til pensling (ikke nødvendig)

Til fyll trenger du:

1 dl bringebær (syltetøy og gjerne fryste som du smuldrer opp)

2 ts kanel

1 ss revet appelsinskall

Melis til dekor

Dette gjør du:

1. Følg fremgangsmåten på baksiden av posen. NB! Husk at kesam varmes opp sammen med melk, og smør, for fingervarm temperatur før du rører ut fersk gjær.
2. La deigen heve godt, gjerne 1 time, i bakebollen. I mellomtiden finner du frem silikonmatte, kjevle og gjør klart fyllet.
3. Legg deigen på silikonmatten, elt litt sammen før du bruker kjevla til å kjevle ut et rektangel. Deigen skal ikke være klissete, men skulle den være det så har du litt ekstra mel tilgjengelig til utbaking.
4. Smør på bringebærsyltetøy, strø på kanel og appelsinskall. Rull så deigen sammen på langs til en lang pølse
5. Bruk en skarp kniv til å gjøre et snitt på langs men behold sidene hele, ca 2 cm i hver ende.
6. Kle et stekebrett med bakepapir og legg deigen oppå.
7. Form så ønsket kringle ved å tvinne dette sammen. Det oppleves ganske klissete og ujevnt men det gjør ingenting, form den så godt du kan med hendene og sett til ny heving ca 45 min. Pass på at skjøtene er godt festet sammen.
8. Pensle med sammenpisket egg (ikke nødvendig)
9. Sett ovnen på 200 grader og stek i ca 20-25 min. Avkjøl på rist før du pynter med melisglasur

BOLLEFOCACCI

Dette trenger du:

2 poser Søt Bakemiks fra Det Glutenfrie Verksted

1 pk fersk gjær

1 boks kesam (alternativt soyayoghurt)

40 g smør

4 dl melk

Egg til pensling (ikke nødvendig)

Til fyll trenger du:

1/2 pk Tine Vaniljekrem

Litt blåbær

24 cm kakeform

Dette gjør du:

1. Følg fremgangsmåten på baksiden av posen. NB! Husk at kesam varmes opp sammen med melk, og smør, før fingervarm temperatur før du rører ut fersk gjær.
2. La deigen heve godt, gjerne 1 time, i bakebollen.
3. Dekk en kakeform med bakepapir og legg deigen oppi.
4. Bruk hendene og fingrene til å dekke formen og lage hull som du så fyller med vaniljekrem.
5. Sett til ny heving mens du varmer ovnen til 200 grader.
6. Dryss på blåbær, stikk de ned i vaniljekrem og stek i ca 25 min.

Nammm... og god fornøyelse! ;)

SKOLEBOLLER

Dette trenger du:

1 pose Søt Bakemiks fra Det Glutenfrie Verksted

1,5 dl Kesam

20 g smør

2 dl melk

1 pk fersk gjær

1/2 krt vaniljekrem (eller du lager den fra bunn av)

Egg til pensling (ikke nødvendig)

Melis og kokos

Dette gjør du:

1. Følg samme fremgangsmåte som på posen.

2. Hev deigen min 30 min i bakebollen før du baker den ut.

3. Form boller og legg på stekebrett kledd med bakepapir, lag en dump i bollen og fyll med ønsket mengde vaniljekrem.

4. Sett til heving ca 30 min.

5. Pensle lett med egg

6. Sett ovnen på 200 grader og stek i 12-15min

Følg med på tiden da steketiden avhenger både av ovn og størrelse på bollene.

Avkjøles på rist før du pynter med glasur og kokos

God fornøyelse! :)

BOLLER

Dette trenger du:

1 pose Søt Bakemiks fra Det Glutenfrie Verksted
20 g smør
2 dl melk
1 pk fersk gjær
1 egg (til pensling)
Melis (til pynt)

Dette gjør du:

1. Følg fremgangsmåten beskrevet på posen.
2. Hev deigen i 30-60 min i bakebollen.
3. Bruk gjerne en silikonmatte når du skal forme bollene, og ha litt ekstra glutenfritt mel tilgjengelig om deigen oppleves veldig klissete.
Alternativt fukt hendene mellom hver bollerulling.
4. Kle stekebrett med bakepapir og legg bollene på.
5. Sett til ny heving, min 30 min.
6. Pensle med sammenpisket egg om ønskelig
7. Stekes på 200 grader i 12-15 min. Følg med på tiden.
Avkjøles lett på rist.

Blir det noen boller tilovers så putter du de i fryseren så har du noen pålur til neste gang du har lyst på boller!

God fornøyelse!

KANELBOLLER

Dette trenger du:

1 pose Søt Bakemiks fra Det Glutenfrie Verksted

20 g smør

2 dl melk

1 pk fersk gjær

1 egg (til pensling)

50 gram sukker

5 gram kanel

Rapsolje

Perlesukker (til pynt)

Dette gjør du:

1. Følg fremgangsmåten beskrevet på posen.
2. Hev deigen i 30-60 min i bakebollen.
3. Bland sukker og kanel sammen
4. Kjekle ut til rektangulær leiv
5. Smør på rapsolje og dryss kanel og sukker jevnt utover.
6. Rull deigen sammen, på langs, skjær opp i like biter 3-4 cm tykke.
7. Kle stekebrett med bakepapir og legg kanelbollene på.
 5. Sett til ny heving, min 30 min.
6. Pensle med sammenpisket egg om ønskelig, og strø perlesukker på.
7. Stekes på 200 grader i 12-15 min. Følg med på tiden.
Avkjøles lett på rist.

God fornøyelse! :)

