



BOLLEMIKS

OPPSKRIFTER MED BOLLEMIKS
&
TIPS TIL HVORDAN LYKKES
MED SØT GJÆRBAKST -
GLUTENFRI SÅKLART!

Hvordan lykkes med glutenfri gjærbakst?

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, kanelnsnurrer 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)



Hanica

Sjokoladesnurr



Dette trenger du:

2 poser Bollemiks 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 dekorer snurrene med glasur og ristede hasselnøtter.

Kardemommekringle med pistasjnøtter

Dette trenger du:

2 poser Bollemiks 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

2 ss sukker

100 gram usaltede grovhakkede pistasjonnøtter

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 pistasjonnøtter 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 pistasjonnøtter over.



Bollefocaccia



Dette trenger du:

2 poser Bollemiks 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, for 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! ;)

Bringebærkrans

Dette trenger du:

2 poser Bollemiks 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 kanal

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 kanal 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.



Skoleboller



Dette trenger du:

1 pose Bollemiks 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 Bollemiks 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 p ålur til neste gang du har lyst på boller!

God fornøyelse!



Kanelboller



Dette trenger du:

1 pose Bollemiks 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. Kjевle 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.
8. Sett til ny heving, min 30 min.
9. Pensle med sammenpisket egg om ønskelig, og strø perlesukker på.
10. Stekes på 200 grader i 12-15 min. Følg med på tiden.

Avkjøles lett på rist.

God fornøyelse! :)

Kanelboller med sjokolade

Dette trenger du:

1 pose Bollemiks fra Det Glutenfrie Verksted
20 g smeltet smør
150 g kesam (½ boks)
2 dl melk

½ pk gjær (fersk eller tørr)

Sjokoladefyll med kanel:

90 g smør, mykt
70 g brunt sukker
1 ss kakaopulver
2 ss kanel
70 g mørk eller melkesjokolade, hakket

Dette gjør du:

1. Smelt smør og bland inn kesam og melk. Varm opp væsken til fingerlunken og løs opp gjæren.

2. Ha Bollemiksen i en stor bakebolle og tilsett væsken. Elt deigen i 5-10 min.

3. I mellomtiden lager du fyllet. Bland sammen mykt smør, brunt sukker, kakaopulver og kanel i en bolle.

4. Ta deigen ut av bakebollen og kjevle den ut til en rektangel på 34x32 cm. Deigen er litt klissete, så bruk litt mel på benken.

5. Fordel fyllet jevnt utover deigen. Strø over hakket sjokolade. Skjær deigen i 8 strimler fra kortsiden, slik at du får 8 strimler på 4x34 cm. Det er enklest å bruke et pizzahjul.

6. Rull opp hver deigbit, og legg i en smurt ildfast form på 27x20 cm og dekk til.

7. Hev i 60-75 min til de har omrent doblet i størrelse.

8. Forvarm ovnen til 200°C over- og undervarme. Stek kanelnsurrrene i 24-25 min midt i ovnen. Umiddelbart etter steking kan du pensle smøret som ligger i bunnen over kanelnsurrrene. Dette gir en ekstra fin glans.

9. Avkjøl litt i formen. Topp kanelnsurrrene gjerne med litt melisglasur før servering.

Oppbevaring: Dersom du ikke skal spise kanelnsurrrene samme dag bør de fryses ned når de er avkjølt. La dem deretter tine helt i romtemperatur og rett før servering varmes de i ovnen på 180°C i 5-10 minutter.





Snurrer med vaniljekrem og epler

Dette trenger du:

1 pose Bollemiks fra Det Glutenfrie Verksted
20 g smeltet smør
150 g kesam (½ boks)
200 g melk (2 dl)
½ pk gjær (fersk eller tørr)
1/2 pakke ferdig vaniljekrem Piano
5-6 ss eplemos
Litt kanel og eventuelt melis

Dette gjør du:

1. Smelt smør og bland inn kesam og melk. Varm opp væsken til fingerlunken og løs opp gjæren.
2. Ha Bollemiksen i en stor bakebolle og tilsett væsken. Elt deigen i 5-10 min. La heve i min 30 min, men gjerne lenger.
3. Ta deigen ut av bakebollen, ha litt ekstra mel på kjøkkenbenken og jobb deigen lett sammen før du kjevelr ut til en avlang leiv. Smør på et tynt lag med eplemos før du har på vaniljekrem. Unngå å smøre fyll helt ut i kanten, la det være igjen kun deig på endene slik at det blir enklere å rulle sammen samt å fest deigen.
Bruk en pizzaskjærer og del opp i like tykke remser - vi fikk 9 stk. Rull så sammen og sett på stekbrett dekket med bakepapir. Sett til heving ca 30-45 min.
Forvarm ovnen til 200°C. Pensle bollene forsiktig med sammenvispet egg (1 ss melk + 1 ts lønnesirup for eggfri), dryss på kanel og stek i 20-25 min til gyllen.
Avkjøles lett på bakerist og pynt gjerne med et dryss melis eller melisglasur.

Eltefrie vaniljesnurrer

Dette trenger du:

1 pose Bollemiks fra Det
Glutenfrie Verksted
150 gram kesam
20 gram melange
1 ts tørrgjær
2 dl melk
vaniljekrem
litt kanel

Dette gjør du:

1. Bland sammen alle ingrediensene i kjøkkenmaskinen. Ingen av de våte ingrediensene skal varmes opp. Dekk bakebollen med plast og la heve over natten eller min 8 timer.
2. Ha litt ekstra mel på kjøkkenbenken og jobb deigen lett sammen før du kjevler ut til en passende leiv.
3. Smør vaniljekrem jevnt utover, strø litt kanel over og bruk så en pizzaskjærer til å dele deigen i like brede remser.
4. Rull så disse sammen, kle en liten kakeform med bakepapir og legg rullene i. Start i midten og jobb deg utover. La det være litt luft mellom hver. Sett til heving ca 45 min.
5. Sett oven på 200 C og stek i ca 25 min til snurrene har fått en fin og gylden farge.
6. Avkjøles lett på rist - og nyyyyt!



Snurrer med pistasjsmør



Dette trenger du:

1 pose Bollemiks fra Det Glutenfrie Verksted

1 ts tørrkjær

150 gram Kesam/
soyayoghurt

2 dl melk/ laktosefri eller
plantebasert

20 gram smør

Pistasjsmør:

150 gram usaltedede
pistasjnøtter

90 gram smør

90 gram melis

2-3 ts sitronsaft

Dette gjør du:

1. Følg fremgangsmåten på baksiden av posen. Tilsett alle ingrediensene kaldt.
2. Bland deigen godt og la heve i bakebollen dekket med plast. La stå på kjøkkenbenken min. 8 timer.
3. Bland pistasmøret ved å hakke nøttene grovt og rist de lett i en tørr stekepanne. Ha grovhakkede nøtter, mykt smør, melis og sitronsaft i en blender og mal til en seig masse.
4. Ha litt ekstra mel tilgjengelig og elte deigen lett sammen før du kjevler ut til en avlang leiv.
5. Smør pistasjsmøret jevnt utover og rull deigen sammen før du deler opp i like emner.
6. Snurr emnene sammen til en fin snurr og legg på stekebrett dekket med bakepapir. Dekk stekebrett med plast og settes til ny heving ca 30-45 min. til ovnen varmes opp til 210 C.
7. Pensle lett med sammenpisket egg og strø litt hakkede nøtter over før du setter inn i ovnen.
8. Stek på 210 grader i ca 20 min.

Boller med vanilje- og rabarbra fyll

Dette trenger du:

2 poser Bollemiks fra Det Glutenfrie Verksted
290 ml (plantebasert) melk
 $\frac{3}{4}$ ts tørrgjær
 $\frac{1}{2}$ ts vaniljepulver eller 1 ts vaniljesukker
 $\frac{1}{2}$ egg eller 1,5 ss aquafaba (kikertlake)

58 g romtemperert (vegansk) smør

Til fyll trenger du:
80-100 g rabarbra
10 g rårørsukker
(vegansk) vaniljekrem

Dette gjør du:

Bollene lages med tangzhong metoden, noe som gir ekstra saftige og luftige boller.

1. Lag evt. vaniljekremen først.
2. Bland 30 g av bakemiksen med 1,5 dl av melken i en kjele og varm opp til en tykk jevning mens du rører. Avkjøl til romtemperatur.
3. Varm så 1,4 dl melk til den har nådd cirka 40 grader og rør inn egget/aquafaba.
4. Bland de tørre ingrediensene i en bakebolle og tilsett jevningen og melk/eggeblanding. Elt deigen i minimum 10 minutter.
5. Del smøret i terninger og tilsett i deigen. Elt videre i 10 minutter til.
6. Dekk til bakebollen og la deigen heve i 60-90 minutter, den skal nesten doble i størrelse.
7. I mellomtiden forbereder du fyllet. Skjær rabarbraen i biter på ca. 1 cm og ha over i en bolle. Strø over sukkeret, bland godt og sett til side. Sukkeret vil trekke ut en del av fuktigheten. Du vil se at det samler seg mye væske i bunnen.
8. Del deigen opp i 6 like emner. Ta en del av gangen og lag en bolle som du så trykker flat. Ta en stor teskjekke med vaniljekrem og legg på i midten av leiven. Topp med 6-8 biter rabarbra (pass på å ikke få med noe av væsken) og brett deigen rundt fyllet. Legg på et stekebrett kledd med bakepapir med skjøten ned.
9. Etterhev bollene i 60 minutter, før du pensler dem med sammenpisket egg eller litt plantebasert melk blandet med litt lønnesirup. Stek på 200 °C i ca. 20 minutter til de er gylne.
10. Avkjøl lett før du nyter verdens beste glutenfrie boller.





Boller med gulrot og solsikkekjerner

Dette trenger du:

1 pose Bollemiks fra Det Glutenfrie Verksted
½ ts kardemomme
1 ts tørrgjær
150 gram kesam / soyayoghurt
2 dl (plantebasert) melk
25 gram (plantebasert) smør
75 g finrevet gulrot
1 neve solsikkekjerner

Dette gjør du:

1. Finn frem og mål opp alle ingredienser og bland disse godt i en bakebolle eller kjøkkenmaksin. NB! Alle ingrediensene er kalde, det vil si du trenger ikke varme opp.
2. La deigen heve i min 8 timer på kjøkkenbenken, bakebollen dekket med plast.
3. Strø litt ekstra glutenfritt mel på kjøkkenbenken og ta deigen ut av bakebollen ved hjelp av en bakespatel.
4. Del deigen opp i 6-7 like emner. Form boller og legg dem på et stekebrett kledd med bakepapir.
5. Etterhev bollene i 60 minutter, før du pensler dem med sammenpisket egg eller melk-lønnesirup blandingen. Stek på 200 °C i ca. 20 minutter til de er gylne.
6. Avkjøl i 5-10 min før du nyter saftige, smakfulle glutenfrie boller. God fornøyelse! :)