

EPLEBOLLER (Ca. 35 stk.)

INGREDIENSER DEIG:

- 150 g smør
- 5 dl melk
- ½ pk gjær
- ½ ts salt
- 1,25 dl honning
- 1 ts kardemomme
- 800 g spelt eller dala landhvete, evt. emmer. Bruk siktet eller finmalt mel, evt. en blanding. Du kan trenge litt mer væske i deigen ved bruk av kun finmalt mel.



INGREDIENSER FYLL:

- 3 stk. epler (ca. 300 g)
- 3 ss rå rørsukker
- 2 ts kanel
- 5 dl ferdig vaniljekrem
- 1 egg til pensling

FRAMGANGSMÅTE:

1. Smelt smøret og rør først inn honningen, og deretter blandes det med melken.
2. Vil du langtidsheve deigen bruker du kald melk, ellers kan melken være mer lunken.
3. Du kan langtidsheve i ca. 8 timer i et kjølig rom, cirka temperatur mellom 15 -20 grader.
4. Bruker du tørrgjær, blander du den inn i melet. Våt gjær løses opp i melken.
5. Eltes i cirka 5 minutter for hånd, eller på sakte fart med maskin.
6. Dekk til deigen med plast eller bakeklede, og la den heve til cirka dobbel størrelse. Hevetiden kan variere litt alt etter romtemperatur og temperatur på væsken, men beregn cirka 1,5 – 2 timer om væsken er lunken.
7. Del deigen i 2 deler og kjevle ut til en rektangulær pizzaleiv (Ca. 50 cm x 30 cm).
8. Smør halvparten av vaniljekremen utover hver leiv.
9. Bland kanel og sukker i en bolle.
10. Kutt de ferdigskrelte eplene i biter og vend dem inn i sukkerblandingen.
11. Fordel eplebitene på leivene og rull deigen til en pølse, som du skjærer i biter.
12. La bollene/snurrene etterheve til nærmere dobbel størrelse. Vil du ha luftige boller, så gi dem god tid, beregn 40-60 minutter. Det tar som regel kortere tid om deigen er langtidshevet før utbaking.
13. Dekkes til med klede, evt. pensle forsiktig med egg, og dryss gjerne litt kanel og sukker på toppen.
14. Stekes på midterste rille på 225 grader i cirka 10 minutter. Steketiden avhenger litt av størrelsen på bollene.
15. Avkjøles på rist