

Frikadelleboller

14 stk.

Mors Mad

mad.winther.nu



Velegnet til madpakken

Ingredienser

25 g gær

1½ dl lunkent vand

1 dl creme fraiche 5%

1 æg

100 g revet gulerod

2 dl havregryn

1 tsk. salt

100 g grahamsmel

250 g hvedemel

1 portion rørt frikadellefars med
allround

125 g revet mozarella

1 æg til pensling

Drys: Tørret oregano

Beskrivelse

Smuldr gæren i en skål, kom det lune vand over, og rør gæren ud heri. Tilsæt de øvrige ingredienser og ælt dejen godt. Lad dejen hæve tildækket et lunt sted i 1 time.

Rør en frikadellefars af 500 g fars, f.eks. allround frikadeller. Form farsen til kugler a ca. 50 g og sæt dem på en bageplade. Bag frikadellerne i 15 minutter ved 200 grader almindelig ovn.

Gærdejen hældes ud på et meldrysset bord. Del dejen i 14 stykker og tryk hvert stykke fladt. Kom lidt ost og en frikadelle på. Frikadellen med den flade side opad. Luk dejen om frikadellen. Sæt bollerne på en bageplade med sammenføjningen nedad og lad dem efterhæve lunt og tildækket i 30 minutter.

Pensl med sammenpisket æg og drys med oregano.

Bag bollerne i ca. 15 minutter ved 210 grader almindelig ovn. Afkøl dem på en rist. Opbevares i køleskab eller fryses ned.