

En opskrift fra frøslev.com

Burgerboller -Sandwichsboller

9 stk Burgerboller / Sandwichsboller

50 g gær

3 dl mælk

3 tsk sukker

1 tsk salt

50 g margarine eller 1/2 dl olie

1 æg

350 g Hvedemel

150 Hvid hvedemel (har du diabetes brug kun hvid hvedemel) 60 g Hvedekerner

Pynt: Sesamfør

Lun mælken og opløs gæren heri

Tilsæt de øvrige ingredienser, og ælt dejen til den er ensartet og smidig - let fugtig

Del dejen i 9 lige store stykker og form den til 9 boller - tryk dem lidt flade og sæt dem på en bageplade

Lad dem hæve til dobbelt størrelse, ca. 30 min. under et klæde

Pensl med vand og drys med Sesamfør

Bagetid: Ca. 10 min. ved 225 gr - varmluft 210 gr.

SAF den 13. marts 2014

<http://froeslev.com/burgerboller-sandwichsboller>