



2015-06-03 14:32 CEST

Kammerjunkere med fuldkorn

Opskrift: Kammerjunkere med fuldkorn – billede er vedhæftet

30 stk.

2 æg

150 g sukker

50 g smør

150 g hvedemel

150 g fuldkornslogomærket hvedemel

1 tsk. bagepulver

1/4 tsk. salt

1 økologisk citron

1/4 tsk. stødt kardemomme

1 vaniljestang

Fremgangsmåde

Smelt smørret og lad det køle lidt af. Pisk æg, sukker, revet citronskal, kardemomme, kornene fra vanilje stangen og det smeltede smør. Kom hvedemel, fuldkornshvedemel, salt og bagepulver i en anden skål og rør det sammen.

Bland indholdet i de to skåle og rør det til en ensartet dej og sæt den på køl i 1 time.

Tag dejen ud og del den i 2 stykker. Rul begge stykker til lange pølser på et bord drysset let med mel. Del hver pølse i 15 stykker og rul dem til kugler. Kuglerne sættes på en bageplade med bagepapir og gives et lille tryk på toppen, så det bliver lidt fladere.

Bag kuglerne i 6 minutter i en forvarmet ovn ved 200°C og varmluft. Tag kuglerne ud og lad dem køle af et par minutter. Skær kuglerne over på midten og sæt dem tilbage på bagepladen med skærefladen opad. Er kuglerne stadig meget fugtige i midten, sættes de tilbage i ovnen et par minutter inden de skæres over.

Kom de halverede kugler tilbage i ovnen ved 150°C og varmluft i 25 minutter. Tag kammerjunkerne ud og lad dem køle af inden servering.

Server med koldskål og eventuelt jordbær.

Fuldkornspartnerskabet er et offentligt privat partnerskab, der arbejder for at forbedre folkesundheden ved at få danskerne til at spise mere fuldkorn.

Bag Fuldkornspartnerskabet står Fødearestyrelsen, Kræftens Bekæmpelse, Hjerteforeningen, Diabetesforeningen og en række fødevarevirksomheder.

Kontaktpersoner



Rikke Iben Neess

Pressekontakt

Kampagneleder

Pressekontakt

rikn@di.dk

+45 30 38 15 36