



Saftige gulerodsboller med havregryn

Det behøver hverken være svært eller særlig tidskrævende at bage nogle lækre boller. De saftige gulerodsboller er perfekte på morgenbordet, til frokost eller når du er sulten for sjov.



[Bedøm opskrift](#)



Ingredienser

12 stk.

2 dl koldt vand

1 dl kogende vand

½ dl tykmælk, ymer eller yoghurt naturel

25 g gær

4 stor **gulerødder**

50 g solsikkefrø

2 tsk salt

2 spsk olivenolie

100 g havregryn

500 g hvedemel

Opskrifter og styling Lone Kjær, Foto Anders Schønnemann

Tilberedning

- 1 Kom koldt vand, kogende vand og tykmælk i en skål og opløs gæren heri.
- 2 Skræl gulerødderne og riv dem på den grove side af rivejernet.
- 3 Kom revne gulerødder, solsikkefrø, salt, olie og havregryn i væsken.
- 4 Tilsæt melet lidt ad gangen – måske skal der tilsættes lidt mere mel - og ælt dejen til den er sammenhængende, men stadig lidt klistret.
- 5 Lad dejen hæve tildækket et lunt sted i ca. 30 min.
- 6 Ælt dejen og form 12 boller.
- 7 Læg gulerodsbollerne på en bageplade med bagepapir og lad dem hæve ca. 30 min. inden de bages i en forvarmet ovn ved 220 grader i 15 - 20 min. til de er gyldne.

