

## Fastelavnsboller med fuldkorn (16 stk)

### Dejen

- 2,5 dl A38 (eller lignende surmælksprodukt)
- 50 g gær
- 1 æg (+ 1 æg til pensling)
- 2 spsk flydende margarine eller rapsolie
- 1 tsk salt
- 2 tsk sukker
- ½ tsk stødt kardemomme
- 2 dl HVID hvede (fuldkornsmel)
- 2 dl hvedemel (den vi oftest bruger)

### Creme

- 1 æg
- 4 spsk sukker
- 1 spsk citronsaft
- 2 spsk maizena majsstivelse
- 2 dl mælk
- 2 spsk vanille

1 dl hindbærmarmelade

Glasur: 1 ½ dl flormelis, 2 tsk kakao, 5-6 tsk varmt vand

### Først dejen

1. Alle ingredienser bortset fra melet røres sammen
2. Hvid hvede røres i
3. Hvedemel tilsættes lidt af gangen og dejen æltes igennem.
4. Stil dejen til hævnning

### Dernæst cremen

5. Alle ingredienser blandes i en gryde og koges igennem under omrøring. Tag cremen af varmen

### Tilbage til dejen

6. Ælt dejen igennem og rul den ud til en stor firkant på størrelse med en bageplade.
7. Rids dejen i 16 firkanter – 4x 4.
8. Smør midten af hver firkant med hindbærsauce
9. Læg 1 spsk creme på hver fastelavnsbolle
10. Luk bollerne omkring fyldet og vend den, så samlingen er nederst
11. Pensl fastelavnsbollerne med æg.
12. Lad fastelavnsbollerne hæve i 30 minutter
13. Bag fastelavnsbollerne 12-15 minutter ved 180 grader.

### Køl fastelavnsbollerne af

Rør glasuren sammen og smør den på fastelavnsbollerne eller drys et lag flormelis over fastelavnsbollerne igennem en sigte.



## Frugt Snacks med dip

3 slags frugt – 1stk (ca. 100 g) frugt til hver person i familien  
F.eks. banan, vindruer eller æble

2 dl Skyr eller andet naturel surmælksprodukt  
1 spsk flormelis  
1 spsk vanille

Tandstikker



1. Frugt vaskes eller skrælles og skæres i tern
2. 1 stk af hver frugt sættes på en tandstik, så der er 3 stk frugt på hver tandstik
3. Skyr blandes med flormelis og vanilje
4. Servér frugten sammen med skyr

