

Stenalder boller

Opskriften er til 10-12 boller. Bollerne kan fryses.

1 dl kværnede hørfrø
1 dl kværnede sesamfrø
1 dl solsikkekerner
4 dl kokosmel
100 g mandelmel
1 nip salt
4 spsk Fiber Husk
1 pk økologisk gær
4 dl lunken vand
Sesamfrø og lidt salt til at trille/drysse bollerne med

Rør gæren ud i det lunkne vand sammen med salt. Tilsæt Fiber Husk og pisk luftig i 5 minutter. Tilsæt tørre ingredienser og rør dejen godt sammen. Form 10-12 boller med fugtige hænder. Tril eller drys bollerne med sesam og tryk bollerne lidt flade. Lad bollerne hæve et lunt sted i ½ time.

Bag bollerne i ca. 30 minutter ved 165 grader.

