BAKA

Pumpafrallor med hasselnötter

Kock: **Ylva Lindgren** Tid: **60 min** Portioner: **10**

Kalljästa frukostfrallor kan varieras i oändlighet, här är en variant bakad på vetemjöl, smaksatt med pumpa, hasselnötter och brödkryddor.

60

Rör ihop degen på kvällen, jäs i kylskåp över natten och grädda frallorna på morgonen därpå!
Pumpapuré finns att köpa på burk i vissa välsorterade butiker, men det kan vara svårt att hitta. Det är enkelt att göra sin egen puré, recept hittar du här. Det går även bra att byta ut purén mot riven pumpa.

INGREDIENSER

3 dl kallt vatten
0.25 paket jäst
400 g vetemjöl special (ca 6.5 dl)
1 tsk salt
1 tsk flytande honung
1 msk rapsolja
1 dl pumpapuré eller grovt riven pumpa, t ex butternut
1.5 msk brödkrydda

1.5 dl hasselnötter, rostade

GÖR SÅ HÄR

1. På kvällen. Rör ut jästen i vattnet och tillsätt sedan vetemjöl, olja, honung, salt, brödkrydda, pumpa och hasselnötter. Rör ihop med en träslev tills allt blandats ordentligt. Plasta bunken och ställ i kylskåp över natten.

2. På morgonen. Sätt ugnen på 275 grader. Sätt gärna en oöm plåt längst ner i ugnen, på den kan du kasta in några isbitar när du sätter in frallorna i ugnen, då bildas ånga som gör att du får en fin skorpa på brödet.

3. Skrapa försiktigt ut degen på mjölat bakbord. Spänn degen genom att vika ihop den till ett paket: Med mjölade händer, ta tag i kanterna och vik in mot mitten, vänd sedan skarven nedåt. Strö över lite mjöl och dela degen med en kniv eller degskrapa i 10 delar. Lägg på plåt med bakplåtspapper och låt jäsa ca 30 minuter i rumstemperatur medan ugnen blir riktigt varm.

4. Sätt in plåten mitt i ugnen, lägg ett par isbitar på den oömma plåten längst ner. Stäng luckan och sänk värmen till 225 grader. Grädda i 12-15 minuter eller tills frallorna fått fin färg. Öppna gärna ugnsluckan för att släppa ut lite ånga mot slutet av baktiden.