

NYMA FOODLAB OPSKRIFT

SURDEJSBOLLER



NM

Find flere opskrifter på www.nyma.dk/opskrifter

NYMA FOODLAB OPSKRIFT

SURDEJSBOLLER

Antal: 15 stk.

INGREDIENSER BOLLER

950 g vand
200 g fuldkornsmel (fx spelt)
1 kg hvedemel
200 g bageklar surdej
35 g salt

INGREDIENSER OPFRISKET SURDEJ

60 g gammel surdej
100 g vand
60 g hvedemel
40 g fuldkornsmel, fx rugmel

FREM GANGSMÅDE TIL EN BAGEKLAR SURDEJ

Det hele røres sammen, og står på køkkenbordet til det begynder at boble. Det kan tage 4-10 timer afhængig af temperaturen i rummet. Test om din surdej er klar til brug. Put en skefuld surdej i et glas vand. Flyder den ovenpå er den klar. Tilsæt evt. hvad der svarer til en ært gær i dejen hvis surdejen ikke er "stærk" nok.

FREM GANGSMÅDE BOLLER

Vand, surdej og mel røres let sammen, dejen står i 30 minutter. Tilsæt salt og rør dejen godt sammen. Gem resten af surdejen på køl til næste bagning. Røremaskine: Æltes til dejen føles som en "tung" elastik
Håndæltemetoden: Æltes ved at tage fat i dejen med en våd hånd og folde den ind over sig selv. Dette gentages 2 gange hver halve time. Stil dejen på køl i minimum 12 timer. Bagning: Dejen vendes ud på et bord og hakkes ud til boller, bages i forvarmet ovn ved 250 grader i ca. 15 minutter.

NYMA Foodlab er et grønt og økologisk køkken, der udvikler sunde hverdagsretter til NYMA baseret på butikkens egne overskudsprodukter.