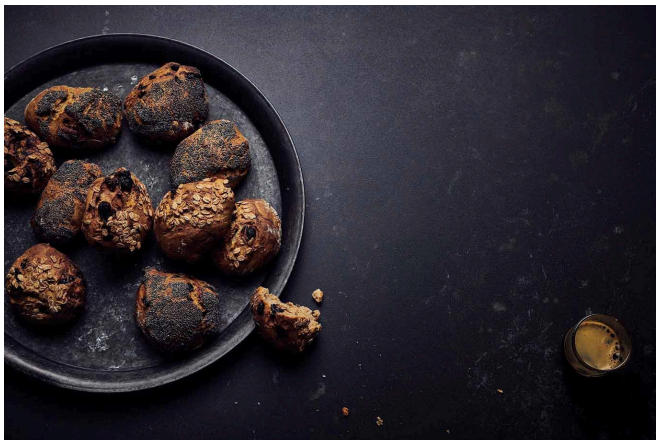
# Frugtrundstykker

Opskrift af V-ZUG Ltd



| | |
|---|---|
| Tilberedning | 30 Min. |
| Hviletid | 20 Min. |
| Tilberedningstid | 1 Timer 25 Min. |
| Styk | 12 |
| Apparat | CombairSteamer V2000 fra 2021 |

Fuldkornsrundstykker med tørrede frugter og nødder

## Dej

300 g lyst speltmel

200 g fuldkornsspeltmel

1½ tsk salt

½ terning gær (ca. 20 g)

300 ml vand

50 g smør, blød

100 g tørrede abrikoser, groft hakket

100 g tørrede figner, groft hakket

100 g tørrede blommer, groft hakket

50 g valnøddekerner, groft hakket

50 g rosiner

## Formning

en smule speltflager

en smule valmuefrø

## Dej

Ælt alle ingredienserne og smørret sammen til en blød, glat dej i en skål. Tilsæt de resterende ingredienser og ælt dem godt ind i dejen.

Form dejen til en kugle. Stil den i en skål i bunden af ovnen og lad den hæve til det dobbelte med professionel bagning med hævning ved 32 °C i 1 time.

## Formning

Del dejen i 12 portioner, form dem som kugler. Fugt kuglerne med vand, og drys speltflager eller valmuefrø på, og tryk disse en smule ind i dejen.

Anbring kuglerne i en bradepande med bagepapir, og skær et kryds på hvert rundstykke.

Lad dem hæve i 20 minutter.

## Bagning

Forvarm ovnen med professionel bagning med mel til 190 °C.

Bag frugtrundstykkerne på den midterste hylde i 25 minutter.

Lad frugtrundstykkerne køle af på en ovnrist.

## Tilberedelsestrin

**Professionel bagning med hævning 32°C i 1 Timer**

**Fortsæt med at forarbejde dejen efter hævning.**

**(For)varm ovnrummet til 190°C i Varmluft**

**Forvarmning afsluttet. Sæt retten ind.**

**Professionel bagning bestrøet med mel 190°C i 25 Min.**

## Tilbehør

Bradepande

Ovnrist

## Yderligere oplysninger

| | |
|---|---|
| Oprettet den | 12.04.2023 |