

nr. 14

Denne opskrift er opstået med inspiration fra Fuldkornspartnerskabet, som vi har været medlem af siden 2009. Danskerne er blevet meget bedre til at spise fuldkorn, men hvis vi skal op på de anbefalede 75 g om dagen, så er det vigtigt også at "snige" fuldkorn ind i julens hygge-spiseri. Her er et bud på en af de mere lette af slagsen. Hurtige at bage - og hurtigt spist. De smager nemlig herligt!

Julebiscotti

Ca. 30 stk

150 g grofthakkede mandler
150 g stenkvarnet kagemel
50 g valsede gryn, fuldkorns (her er brugt Hvid Helved - kan erstattes af havregryn)
1/2 tsk øko.bagepulver
1 knsp salt
1 tsk kanel
1 tsk kardemomme
1/2 tsk stødt ingefær
2 store æg
60 g lyst rørsukker
3 spsk smagsneutral olie (kan erstattes af 35 g blødt smør - det giver biscotti'en en lidt blødere struktur)



Forvarm ovnen til 160 grader, almindelig varme. Bland mel, gryn, bagepulver, salt, krydderier og de grofthakkede mandler i en skål. Pisk æg, sukker og olie sammen til det skummer godt, og hæld det derefter over i skålen med de tørre ingredienser. Rør det hele sammen med en grydeske, til dejen er sammenhængende og klistret.

Beklæd en bageplade med bagepapir. Del dejen i to lige store klumper (du kan med fordel fugte dine hænder med lidt vand, så dejen ikke klistrer til dine hænder) og form klumperne til to aflange og flade "brød". Læg dem med god afstand på bagepladen. Mål: 30-35 cm lange, 3,5 cm brede og 1,5 cm høje. Bag "brødene" i 25 min., og lad dem så afkøle på rist et øjeblik. Skær dem i 1 cm tykke skiver på skrå og placer stykkerne på bageristen. Sæt biscottierne i ovnen igen og bag videre i ca. 15 min. eller til de er let gyldne. Efter endnu en afkøling er de klar til at spise! Opbevares - hvis muligt :-) - i en lufttæt beholder.