



Gluteenittomat kuopaisusämpylät kotikaljasta

8 annosta

Ainekset

½ plo (0,375 dl) **Tuoppi Kotikaljaa (0,75 l) *gluteeniton***
 ½ kpl (25 g) tuorehiivaa
 1 rkl psylliumia
 1 tl suolaa
 1½ dl gluteenittomia kaurahiutaleita
 2 rkl rypsiöljyä
 3 dl gluteenitonta vaaleaa jauhoseosta
 3 dl gluteenittomia kaurajauhoja

Pinnalle:
 rypsiöljyä
 gluteenittomia kaurahiutaleita
 ripaus suolaa

Vinkit

Saatavilla myös **Tuoppi Kotikalja 1,5 l**.

Valmistus

Lämmitä kotikalja kädenlämpöiseksi ja lisää joukkoon murennettu tuorehiiva, psyllium, suola, kauraleseet ja rypsiöljy. Anna aineiden turvota vähintään 10 minuuttia ja lisää joukkoon jauhot. Vaivaa taikina yleiskoneella tai sähkövatkaimen taikinakoukuilla tasaiseksi taikinaksi. Kohota taikinaa noin 30 minuuttia.

Kuopaise taikinasta leipurin lastalla tai muulla lastalla kulhon reunaa vasten sämpylöitä ja laita puikulan muotoiset sämpylät uunipellille leivinpaperin päälle. Anna kohota liinalla peitettynä noin 15 minuuttia. Sipaise kuopaisusämpylöiden pintaan hieman öljyä, jotta sämpylöiden pinta rapeutuu uunissa. Lisää hieman kaurahiutaleita ja ripaus suolaa sämpylöiden pinnalle.

Paista kuopaisusämpylät 200-asteisessa uunissa noin 20 minuuttia.