

Recept | SAMARBETE MED STOLT MAT I SÖRMLAND



Ekologiska semlor är inte bara bättre för miljön, det är även bättre för oss människor. FOTO: PRIVAT

**STOLT
MAT
I SÖRMLAND**

Stolt mat i Sörmland vill informera, inspirera och aktivera alla som ser mat som en viktig utvecklingskraft för länet. Läs mer på stoltmatisormland.se

Ekologiska semlor

à la Hellmanska Gården



Cecilia Ekberg, VD Hellmanska Gården. FOTO: PRIVAT

På Hellmanska Gården lagar vi ekologisk mat, bakar stenugsbakat bröd samt säljer glas, porslin, köks- och heminredning. Den gamla handelsgården är från 1719 och nu liksom då är våra ledord; hög kvalitet, personlig service och lokalt.

Våra ekologiska semlor.
Ca 50 st stora.

Fördeg:

170 gram jäst
1,125 liter mjölk
1,35 kg ekovetemjöl
55 gram socker
Värm mjölken till 37 grader, blanda med jästen. Rör i socker och mjöl. Låt fördegen jäsa ca 60 min.

Bortgöring:

1,125 kg ekovetemjöl
375 gr socker

22 gram salt
38 gr stött kardemumma
2 ägg
560 gram smält smör

Vispa smält smör och ägg poröst. Blanda alla torra ingredienser först och rör sedan ihop blandningarna. Blanda bortgöringen med fördegen och arbeta tills den släpper bunkens kant. Forma bullar och låt jäsa 45-60 min. Grädda i 200 grader i ca elva minuter.

Gör egen mandelmassa genom att rosta ekomandel i en torr stekpanna. Mixa till ett fint pulver. Tillsätt lika delar socker och späd med vatten. Enkelt och så mycket godare.

Vi använder ekologisk grädde och njuter med varm mjölk eller precis som de är.

Baka gärna själv eller besök oss på Hellmans!
Önskar Cecilia Ekberg på Hellmanska Gården.