

Kanelboller med pærer og valnøtter

total tid **120 min.** 15 min. tilberedningstid 25 min. koketid 80 min. hviletid

Næringsinnhold (per porsjon):
1812 kJ / 433 kcal

Fett: **23 g** Protein: **9,5 g**
Karbohydrater: **47 g**

INGREDIENSE

R

9 porsjoner

Boller:

420 g hvetemel
7 g tørrgjær
20 g hvitt sukker
2 egg
1,8 dl kjernemelk el. kulturmilk
1,25 dl rapsolje

Fyll:

40 g smør
40 g hvitt sukker
1 appelsin (for raspet skall)
1 ss kanel
1 ss Kikkoman Naturlig
Brygget Soyasaus

Dessuten:

2 pærer
50 g valnøtter
2 ss aprikossyltetøy

TILBEREDNING

Steg 1

420 g hvetemel - **7 g** tørrgjær - **20 g** hvitt sukker -
2 egg - **1,8 dl** kjernemelk el. kulturmilk - **1,25 dl**
rapsolje

Sikt melet og bland det med sukker og gjær. Visp
kjernemelken med eggene og rapsoljen. Bland
sammen alle ingrediensene, kna til en jevn deig og
la den stå og heve til dobbel størrelse.

Steg 2

40 g smør - **40 g** hvitt sukker - **1** appelsin (for
raspet skall) - **1 ss** kanel - **1 ss** Kikkoman Naturlig
Brygget Soyasaus
Smelt smøret til fyllet og bland det med sukker,
kanel, raspet appelsinskall og Kikkoman Soyasaus.

Steg 3

2 pærer - **50 g** valnøtter
Kjevl ut den hevede deigen til en stor, avlang
firkant. Smør på kanelfyllet, dryss over valnøtter
og terningstore pærebiter. Rull deigen sammen
som et teppe og klem endene forsiktig sammen.
Bruk en skarp kniv og skjær deigen i ca. 3 cm tykke
stykker.

Steg 4

2 ss aprikossyltetøy
Legg bollene ved siden av hverandre på bakepapir
på et bakebrett. Bak dem i ca. 25 minutter ved 180
°C. Straks de er tatt ut av ovnen, smører du
aprikossyltetøy på dem.