

Kanelbullar med päron och valnötter

Total tid **120 Min.** 15 Min. Tid för förberedelse **25 Min.** Tillagningstid **80 Min.** Vilotid

Näringsinnehåll (per portion):

1.812 kJ / 433 kcal

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

Kolhydrater: **47 g**

INGREDIENSER

9 Portioner

Deg:

420 g vetemjöl
7 g torkad jäst
20 g strösocker
2 ägg
180 ml kärnmjöl, (kan ersättas med Kefir)
125 ml rapsolja

Fyllning:

40 g smör
40 g strösocker
1 apelsin (för rivet skal)
1 msk kanel
1 msk Kikkoman naturligt bryggd sojasås

Dessutom:

2 päron
50 g valnötter
2 msk aprikossylt

FÖRBEREDELSE

Steg 1

420 g vetemjöl - **7 g** torkad jäst - **20 g** strösocker - **2** ägg - **180 ml** kärnmjöl (kan ersättas med Kefir) - **125 ml** rapsolja

Sikta mjölet och blanda det med socker och jäst. Vispa kärnmjöl eller kefir med ägg och rapsolja. Blanda alla ingredienserna, knåda ihop till en smidig deg och ställ åt sidan tills den fördubblats i storlek.

Steg 2

40 g smör - **40 g** strösocker - **1** apelsin (för rivet skal) - **1 msk** kanel - **1 msk** Kikkoman naturligt bryggd sojasås

Smält smöret till fyllningen och blanda det med socker, kanel, apelsinskal och Kikkoman sojasås.

Steg 3

2 päron - **50 g** valnötter

Kavla ut den jästa degen till en stor rektangel. Bred ut kanelfyllningen ovanpå, strö över valnötter och tärnade päron. Rulla ihop den till en tjock rulle och försegla försiktigt kanterna. Skär ca 3 cm tjocka skivor med en vass kniv.

Steg 4

2 msk aprikossylt

Lägg rullarna bredvid varandra på en bakplåtspappersklädd plåt. Grädda i ca 25 minuter i 180 grader. Pensla dem direkt efter gräddningen med aprikossylt