

## Frukostbullar (ca 12 st)

25 g	jäst (1/2 paket)
6 dl	ljummet vatten
1 tsk	salt
3 msk	mörk sirap
2 tsk	kumminfrön
2 tsk	fänkålsfrön
9 dl	vetemjöl
1 dl	havrekli
2 dl	havregryn
1 dl	grovt rågmjöl
2 msk	linfrö

- Smula jästen i en bunke. Tillsätt ljummet vatten, salt och sirap.
- Mortla kummin- och fänkålsfröna och håll i.
- Blanda i resterande ingredienser och blanda ordentligt.
- Smörj en muffinsplåt med lite olja, eller ställ 12 muffinsformar på en plåt. Klicka i degen och ställ in plåten i kylan över natten.
- Sätt ugnen på 225° C och ställ in plåten i mitten av ugnen direkt. Grädda i 15-20 min tills bröden börjar bli gyllenbruna.
- Frys in det som inte äts upp.

