Grove pestosnegle

Info: Udarbejdet af professionsbachelorstuderende i Ernæring og Sundhed (Louise Stenskrog Christensen, Susanne, Hegelund Andersen og Camilla Louise Pedersen) i samarbejde med Agnete Hoffmeyer, Anette Kamuk og Rikke Højer.

Faglige temaer: Bagning, Krydderurter

Introduktion:

Opskriften er udviklet til undervisningsaktiviteten 'Smag til med krydderurter', hvor eleverne kan opnå kendskab til en række forskellige krydderurter og erfare, hvordan krydderurterne kan anvendes som smagsgivere i maden.

Aktivitet med dialogoplæg og billeder

Kopiark

Kopiark:

Grove pestosnegle (layoutet).pdf

Grove pestosnegle

Forfattere:
Udarbejdet af professionsbachelorstuderende i Ernæring og Sundhed (Louise Stenskrog Christensen, Susanne, Hegelund Andersen og Camilla Louise Pedersen) i samarbejde med Agnete Hoffmeyer, Anette Kamuk og Rikke Højer.

Ingredienser:

25g gær
1 dl vand
1 dl kærnemælk
1 spsk. rapsolie
1 dl grahamsmel
1 tsk. salt
4 ½ dl hvedemel
1-2 spsk. parmesanost

En god hjemmelavet krydderurte-pesto. Se opskrift på *Fag med smag*.



Fremgangsmåde:

1. Læg bagepapir på en bageplade, og tænd ovnen på 225 grader (almindelig ovn).
2. Smuldr gæren i en skål.
3. Lun vandet i en gryde.
4. Hæld vand og kærnemælk i skålen. Rør godt.
5. Hæld olien i. Rør godt
6. Kom grahamsmel og salt i skålen. Rør godt.
7. Kom lidt efter lidt hvedemelet i skålen. Slå luft i dejen med grydeskeen.
8. Kom lidt mel på bordet. Ælt dejen færdig på bordet med hænderne.
9. Kom dejen i skålen, og læg film over. Lad dejen hæve i 15 minutter.
10. Kom lidt mel på bordet. Rul dejen ud til en firkant på 20x40 centimeter.
11. Kom pesto på dejen, og smør den ud.
12. Rul dejen sammen til en 40 centimeter lang pølse - klem kanterne sammen.
13. Skær pølsen ud i 12 snegle.
14. Læg pestosneglene på bagepladen - tryk dem lidt flade. Drys med revet parmesanost.
15. Læg film over pestosneglene - lad dem hæve i ca. 15 minutter.
16. Tag filmen af, sæt pestosneglene midt i ovnen, og bag dem i ca. 12-15 minutter.
17. Tag pestosneglene ud af ovnen, og lad dem køle af på en bagerist.

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv