

Jarl & Jettes opskriftkort

Brunkager

Min barndoms jul var fyldt med traditioner, min mor og far bagte småkager, finskbrød og vaniljekranse samt brunkager op til jul. Weekenden før juleaften gik min far sammen med Stig og mig op til juletræssælgerne (det danske Spejderkorps) på Brønshøj Torv og købte det flotteste juletræ som så kom hjem for siden (juleaftensdag) at blive pyntet med alskens juletræspynt. Altid med trompet, tromme, glaskugler, hjemmelavede julehjerter og kræmmerhuse (med nødder i) samt søvlametta en flot stjerne og mange andre skinnende ting og sager. Min mor lavede altid and eller gås og flæskesteg med brunekartofler og rødkål og til sidst ris a la mende. Så husker jeg de voksne skulle have kaffe og så skulle vi have gaver ihhh hvor var man spændt. Men her er altså en opskrift på brunekager hvor sukker er erstattet med atwell som ikke påvirker blodsukkeret, men det gør til gengæld alt det andet... bon appetit

125 g Sirup, 180 g Atwell (eller 250 g sukker) og 250 g Smør bringes til kogepunktet. 8 g Potasken (ca. = 3 flade tsk.) slemmes op i kogende Vand kommes i sammen med følgende krydderier. 3 tsk. Kanel, 1 tsk. Knust Nellike, 1 tsk. Ingefær, samt 1 tsk. Kardemomme. 500 G. hvedemel tilsættes med 200 g. hele smuttede mandler, skallen af 1 syltet økologisk appelsin, (se opskrift på "diabetikervenlige orangestænger") som er skåret i ganske tynde strimler samt reven skal af 1 økologisk citron.

Det hele æltes og rulles i 2 Pølser som rulles til de er kolde og pænt runde. Derefter i køleskab ca. 1 døgn og så er de virkelig nemme at skæres papirtynde, eventuel på brødmaskine. Bages 5-10 Min. Ved 175 gr. Hurtige - nemme og smelter på Tungen.

Se ill. Næste side

Jarl & Jettes opskriftkort

