

Nässel-kakor

Ja.. vad kan det vara? Det är kakor som är gjorda av brännässlor! Gerbiler älskar dem! Och nu när det finns massor ute på gatorna gå ut och ta! Det är helt gratis!

Vi börjar med receptet här under...

- Brännässlor ungefär 1,5 deciliter för 10 medelstora kakor
- någon söt frukt som t.ex. banan eller jordgubbe
- ½ ägg både gula och vita
- 1/3 dl mjöl (helst mörk)
- vatten (så mycket det behövs till att göra den till en deg)
- lite honung om man vill
- musli och annat godis dina gerbiler gillar
- ½ krm bakpulver

...och redskapen här:

- en mixer av något slag
- ugn
- sked
- skål
- bakplåt och bakplåtspapper

Att tänka på:

- om du använder honung och godis ge inte mer än 1 gång i veckan då det blir väldigt sött och fet
- ta bara de små löven från de små plantorna
- tvätta brännässlorna väldigt noga i varmt vatten!

Så om du har alla ingredienser och redskap som behövs så kan du börja baka!

Hur du ska göra:

sätt ugnen på 175°. Tvätta brännässlorna väldigt noga i varmt vatten tills de inte bränner om du grejar med dem. Mixa nässlorna, frukt, ägg och honung om du ska använda. Blanda bakpulvret tillsammans med mjölet och dem övriga torra ingredienserna i skålen och håll i det som du mixat. Rör allt ihop till en kladdfri deg. Tillsätt mer mjöl vid behov.

Sedan tar du degen och rullar ut till en så stor eller liten rulle du vill. Lägg upp på en plåt med bakplåtspapper, Ställ in ugnen och grädda i 20 min i mitten av ugnen.

Låt brödet sedan svalna lite och skär sedan rullarna i ca 1 cm bitar. Låt bitarna sedan ligga på plåten i 50° med ugnsluckan lite öppen, bitarna ska ha torkat klart innan du tar ut dom.

Håller ca 2 veckor men går bra att frysa in.



Foto av: A-L Kleveborn

Lycka till!!