

Recept från Sven o Pias samling

Glutenfritt

Innehållet i denna samling

är kanske till glädje för den som tröttnat på de ofta dyra och trista bakverk som finns i butikerna, ja även i bagerierna brukar urvalet vara magert.

1. Innehållsförteckningen
2. Baguetter
3. Semlor
4. Marias Frallor
5. Chokladkaka
6. Nöt- och banankaka
7. Plommonkaka
8. Päronkaka
9. Ost- och skinkpaj
10. Piroger
11. Pizzabotten
12. Pizzabotten med kesella
13. Pizzabotten med potatis
14. Smulpaj
15. Västerbottenpaj
16. Jordnötsflarn
17. Mazariner
18. Spröda flarn
19. Melonsorbét
20. Polentaplättar
21. Marängtårta
22. Drömtårta

Recept från Sven o Pias samling

Glutenfritt

Baguetter

Tag fram alla ingredienserna i god tid och sätt ugnen på 250 °C.
Satsen räcker till 5-6 bitar

Ingredienserna:

25 gr jäst

3 dl mjölk eller vatten

2 msk neutral olja (t ex raps)

1 msk husk

1 tsk stött kummin

1/2 tsk salt

1/2 dl kesella

6 dl fin glutenfri mjölmix m mjölk (motsv ca 300 gr)

1 uppvispat ägg (till pensling)

Solrosfrön och riven parmesanost (till garnering)

Beredningen:

Smula ned jästen i matberedarens skål. Värm degspadet och oljan till 37 °C, håll över jästen. Tillsätt husk och låt svälla i ca 10 min. Blanda ned kryddor, salt, kesella och mjölet, Starta maskinen och kör i ett par minuter. Degen skal bli som en tjock sockerkakssmet. Håll den i en sprits och spritsa ut baguetter på bakplåtspapper. Jäs utan bakduk i 1 timme. Pensla med ägget och strö på frön och ost.

Grädda ca 15 min mitt i ugnen. Låt svalna under duk.

Recept från Sven o Pias samling

Glutenfritt

Semlor

Tag fram alla ingredienserna i god tid och sätt ugnen på 250 °C.

Satsen räcker till ca 20 st

Ingredienserna:

2,5 dl potatisflingor (mospulver)

1 dl vatten

100 gr margarin

3 dl lättmjölk eller vatten

50 gr jäst

1 ägg

1/2 tsk salt

3/4 dl socker

1 tsk stött kardemumma

1 liter glutenfri brödmix

3/4 tsk jästpulveer (hjørthornssalt)

1 uppvispat ägg (till pensling)

Beredningen:

Blanda potatispulvret i vattnet. Ställ undan att svälla. Smält fett och tillsätt degvätskan, värm till 37 °C. Lös upp jästen i degspadet. Vispa upp ägget och blanda ned. Tillsätt socker, salt och kryddor. Blanda jästpulvret med mjölmixen och rör ned i degvätskan tillsammans med potatissmeten till en deg. Låt jäsa övertäckt i 20 min. Arbeta snabbt ihop till en smidig deg. Dela upp i 20 bitar och rulla dem till släta bullar. Låt jäsa på plåt i 20-30 min. Pensla.

Grädda i mitten av ugnen i 7-8 min.

Recept från Sven o Pias samling

Glutenfritt

Marias frallor

Tag fram alla ingredienserna i god tid och sätt ugnen på 225 °C.
Satsen räcker till ca 35 st (eller 2 limpor)

Ingredienserna:

100 gr jäst
17 dl vatten
2 dl solrosolja (eller annan matolja)
1 tsk salt
16 dl glutenfri fin mjölmix
2 paket Semper fibermjölmix
1 msk stött anis
1 msk stött fänkål
1,5 msk husk
2 msk solrosfrö
Vatten (till pensling)
1-2 msk vallmo- eller sesamfrön (till garnering)

Beredningen:

Värm vattnet till 37 °C. Lös upp jästen. Tillsätt övriga ingredienser. Rör i matberedare minst 5 min. Fördela degen till ca 35 bullar på en mjölad bakplåt. Jäs under duk ca 30 min.
Pensla med vatten och strö på lite frön.

Grädda i mitten av ugnen ca 10 min. Låt brödet svalna under bakduk.

VIKTIGT att täcka med duk eftersom glutenfritt bröd lätt torkar ut

Alternativ:

Det går bra att fördela degen till 2 limpor istället för bullar. Baka i nedre delen av ugnen vid 200 °C ca 30 min.
Limporna kan med fördel bakas i avlånga sockerkaksformar.

Recept från Sven o Pias samling

Glutenfritt

Chokladkaka

Tag fram alla ingredienserna i god tid och sätt ugnen på 200 °C.
Satsen räcker till ca 12 bitar.

Ingredienserna:

200 gr margarin

200 gr blockchoklad

4 ägg

2 dl socker

2,5 dl majzenamjöl

1 tsk bakpulver

Majzenamjöl (till formen)

Beredningen:

Smält choklad och matfett i microvågugn (eller i vattenbad). Vispa ägg och socker poröst. Blanda majzena med bakpulvret. Rör ned chokladsmeten i äggsmeten, tillsätt mjölblandningen. Rör om.

Smörj en form och ströa med majzena. Häll i smeten.

Grädda i nedre delen av ugnen ca 30 min. Låt svalna under papper.

Servera med vispad grädde

Recept från Sven o Pias samling

Glutenfritt

Nöt- och banankaka

Tag fram alla ingredienserna i god tid och sätt ugnen på 175 °C.
Satsen räcker till 8 - 10 bitar.

Ingredienserna:

2 dl hasselnötter
3 dl glutenfri mjölmix
2 tsk bakpulver
1 tsk fiberhusk
3 ägg
2 dl socker
1 banan (125 gr fruktkött)
1 dl flytande margarin
1,5 dl mjölk

1 msk margarin och lite glutenfritt mjölmix (till formen)

Beredningen:

Mal nötterna och blanda med mjölmixen, bakpulver och fiberhusk. Vispa ägg och socker luftigt. Riv bananen grovt på råkostjärn. Blanda ned bananmoset i äggsmeten tillsammans med de torra ingredienserna. Häll i det flytande margarinet och mjölken och rör om så att allt blandas väl.

Skrapa ned smeten i smord och ströad form och grädda mitt i ugnen i ca 60 min.

Recept från Sven o Pias samling

Glutenfritt

Plommonkaka

Tag fram alla ingredienserna i god tid och sätt ugnen på 225 °C.
Satsen räcker till 8 - 10 bitar.

Ingredienserna:

3 dl glutenfri mjölmix

2 msk po-fiber

1 ägg

3 msk socker

125 gr smör

7-8 plommon

Till pensling:

2 msk smält smör

2 msk socker

Beredningen:

Blanda mix, po-fibrer och socker i en skål. Skär smöret i bitar och finfördela i mjölblandningen. Tillsätt ägget och arbeta ihop degen. Låt degen vila 1/2 timme i kylskåp före utbakningen. Skär pommonen i klyftor.

Täck en plåt med bakplåtpapper och markera en rundel ca 30 cm. Kavla ut degen en liten bit utanför rundeln, så att det går att vika upp en 1,5 cm hög kant runtom. Förgrädda i 10 min på 2:a falsen nerifrån. Placera snabbt plommonklyftorna på kakan, pensla med med smör- och sockerblandningen. Fortsätt grädda i 15 min.

Servera medan kakan fortfarande är ljummen tillsammans med kylskåpskall creme-fraiche eller vispad grädde.

Recept från Sven o Pias samling

Glutenfritt

Päronkaka

Tag fram alla ingredienserna i god tid och sätt ugnen på 175 °C.
Satsen räcker till 8 - 10 bitar.

Ingredienserna:

3 medelstora päron

2 ägg

1 1/4 dl socker

250 gr kesella

1 dl glutenfritt ströbröd

1,5 tsk riven ingefärsrot

Beredningen:

Dela päronen i klyftor, ta bort kärnhuset (skala inte). Lägg dem i botten på en ugnssäker smord form. Vispa samman ägg och socker och blanda ned kesellan. Blanda i ströbröd och ingefära. Fördela smeten ovanpå päronen i formen.

Grädda mitt i ugnen i 30 min.

Recept från Sven o Pias samling

Glutenfritt

Ost- och skinkpaj

Tag fram alla ingredienserna i god tid och sätt ugnen på 200 °C.
Satsen räcker till 4-6 portioner.

Ingredienserna:

PAJDEGEN:

3 dl glutenfri Semper Mix m fibrer
100 gr smör / margarin
1 ägg

FYLLNING:

3 ägg
3 dl mjölk
150 hackad skinka
3-4 dl riven ost
svartpeppar
hackad lök

Beredningen:

Hacka samman fett och mix. Tillsätt ägget och arbeta samman, gärna i matberedare. Tumma ut degen i smord pajform. Förgrädda i 10 min.

Vispa samman fyllningen och häll i pajskalet.

Färdiggrädda mitt i ugnen ca 30 min.

Recept från Sven o Pias samling

Glutenfritt

Piroger

Tag fram alla ingredienserna i god tid och sätt ugnen på 200 °C.
Satsen räcker till 4 portioner.

Ingredienserna:

3-4 medelstora kokta potatisar

75 gr margarin

2,5 - 3 dl glutenfritt mjöl

FYLLNING:

Köttfärssås

Beredningen:

Mosa de nykokta potatisarna. Tillsätt margarinet och arbeta samman så att det smälter. Tillsätt mjölmixen och blanda väl. Låt degen vila 10-30 min.

Kavla ut på mjölat bakbord till 3-4 mm tjocklek. Ta ut rundlar ca 10 cm diameter. Fördela fyllningen på ena halvan. Fukta kanten med vatten, vik över och tryck ihop ordentligt.

Lägg på smord eller bakpappersklädd plåt. Grädda mitt i ugnen ca 25 min.

Recept från Sven o Pias samling

Glutenfritt

Pizzabotten

Tag fram alla ingredienserna i god tid och sätt ugnen på 225 °C.
Satsen räcker till 1-3 portioner.
Använd om möjligt matberedare.

Ingredienserna:

25 gr jäst
2 dl mjölk eller vatten
1 msk fiberhusk
1/2 dl olja
1 krm salt
4 dl fin glutenfri mjölblandning

Beredningen:

Smula ned jästen i beredarskålen. Värm spadet till 37 °C. Häll över jästen och rör ut. Blanda ned fiberhusk, rör om och låt skalen svälla ca 10 min. Tillsätt olja, salt och mjölblandningen (spara 1-2 msk till utkavlingen). Arbeta samman med maskinen. Låt degen jäsa övertäckt i bunke ca 30 min.

Tag upp degen på mjölat bakbord, kavla ut till pizza och grädda med valfri fyllning i övre delen av ugnen (tiden beror av fyllningen).

Recept från Sven o Pias samling

Glutenfritt

Pizzabotten m kesella

Tag fram alla ingredienserna i god tid och sätt ugnen på 225 °C.
Satsen räcker till 1-3 portioner.
Använd om möjligt matberedare.

Ingredienserna:

25 gr jäst
2 dl mjölk eller vatten
1 msk fiberhusk
1 msk olja / flytande margarin
1 krm salt
4 dl fin glutenfri mjölblandning
1/2 dl kesella

Beredningen:

Smula ned jästen i beredarskålen. Värm spadet till 37 °C. Häll över jästen och rör ut. Blanda ned fiberhusk, rör om och låt skalen svälla ca 10 min. Tillsätt olja, salt, det mesta av mjölblandningen (spar 1-2 msk till utkavlingen) och kesellan. Arbeta samman med maskinen. Låt degen jäsa övertäckt i bunke ca 30 min.

Tag upp degen på mjölat bakbord, kavla ut till pizza och grädda med valfri fyllning i övre delen av ugnen (tiden beror av fyllningen).

Recept från Sven o Pias samling

Glutenfritt

Pizzabotten m potatis

Tag fram alla ingredienserna i god tid och sätt ugnen på 225 °C.
Satsen räcker till 1-3 portioner.
Använd om möjligt matberedare.

Ingredienserna:

25 gr jäst
2 dl vatten
1/2 dl olja
1 krm salt
3 dl fin glutenfri mjölblandning
2 kokta kalla pressade potatisar

Beredningen:

Smula ned jästen i beredarskålen. Värm vatten med olja till 37 °C. Häll spadet över jästen och rör ut. Blanda i salt, mjölblandning (spara 1-2 msk till utkavlingen) och de pressade potatisarna. Arbeta samman i maskinen. Låt degen jäsa i övertäckt bunke ca 30 min.

Tag upp degen på mjölat bakbord, kavla ut till pizza och grädda med valfri fyllning i övre delen av ugnen (tiden beror av fyllningen).

Recept från Sven o Pias samling

Glutenfritt

Smulpaj

Tag fram alla ingredienserna i god tid och sätt ugnen på 225 °C.

Satsen räcker till 4 portioner.

Använd om möjligt mixer.

Ingredienserna:

2 tsk Kanel

2 dl majzena-mjöl

3 dl Corn-flakes (kolla innehållsdeklarationen, vissa är inte glutenfria)

75 gr margarin

1 msk socker

FYLLNING:

Valfri konserverad eller färsk sönderdelad frukt

Beredningen:

Kör alla ingredienser i en mixer. Smörj en ungssäker form. Lägg valfri frukt i botten. Täck med smuldegen.

Grädda mitt i ugnen i 30 min.

Recept från Sven o Pias samling

Glutenfritt

Västerbottenpaj

Tag fram alla ingredienserna i god tid och sätt ugnen på 200 °C.
Satsen räcker till 4-6 portioner.
Använd om möjligt matberedare.

Ingredienserna:

PAJDEGEN:

3 dl glutenfri Semper Mix m fibrer
100 gr smör / margarin
1 ägg

FYLLNING:

2 dl riven Västerbottenost
2 ägg
2 dl mjölk
1 dl hackade valfria färska örter (starka örter tar man förstås mindre av)
salt o peppar

Beredningen:

Hacka samman fett och mix. Tillsätt ägget och arbeta samman, gärna i matberedare. Tumma ut degen i smord pajform. Förgrädda i 10 min i mitten av ugnen.

Vispa samman fyllningen och häll i pajskalet. Färdiggrädda mitt i ugnen ca 30 min.

Recept från Sven o Pias samling

Glutenfritt

Jordnötsflarn

Tag fram alla ingredienserna i god tid och sätt ugnen på 175 °C.
Satsen räcker till 12-14 st.

Ingredienserna:

1 dl salta jordnötter
½ dl flytande margarin
1 dl strösocker
1 ½ dl kokosflingor
1 msk mjölk

Beredningen:

Hacka jordnötterna. Häll övriga ingredienser i en kastrull och rör om. Häll i de hackade jordnötterna. Hetta upp blandningen under omröring tills sockret löst sig. Klicka ut smeten med en sked på en plåt täckt med bakplåtspapper. Ev får man värma upp blandningen igen.

Grädda mitt i ugnen ca 7 min.

Låt flarnen svalna innan de lossnas med en stekspade.

Recept från Sven o Pias samling

Glutenfritt

Mazariner

Tag fram alla ingredienserna i god tid och sätt ugnen på 200 °C.
Satsen räcker till 12-14 st.

Ingredienserna:

MÖRDEG:

75 gr kylskåpskallt smör
2 dl glutenfri mjölmix
1 msk socker
1 äggula
1 msk kallt vatten

FYLLNING:

150 gr mandelmassa
1/2 tsk rivet citronskal
2 msk flytande margarin
1 uppvispat ägg
1/dl glutenfri mjölmix

Florsocker (till garnering)

Beredningen:

Finfördela fettet i de torra ingredienserna. Tillsätt äggulan uppvispad i 1 msk kallt vatten. Forma degen till en längd, lägg i en plastfolie. Låt den vila i kylskåp ett par timmar. Riv mandelmassan grovt och blanda med citronskal, flytande margarin, uppvispat ägg och mjölmixen

Klä 12 st Al-folieformar med mördegen och fördela fyllningen inuti.

Grädda mitt i ugnen i 20 min.

Sikta florsocker över innan serveringen (eller gör en vanlig sockarglasyr).

Recept från Sven o Pias samling

Glutenfritt

Spröda flarn

Tag fram alla ingredienserna i god tid och sätt ugnen på 175 °C.
Satsen räcker till 22-25st.

Ingredienserna:

1/2 dl flytande margarin

1 msk ljus sirap

2 msk mjölk

2 dl kokosflingor

2 msk majzena

1 dl socker

Beredningen:

Rör om alla ingredienserna i en skål. Provgörda en liten klick smet (som en nöt) på plåt täckt med bakplåtspapper. Tryck ut klicken med en stekspade. Vill smeten fastna på spaden kan man smörja den.

Grädda på mittfalsen 10 min.

Låt sedan kallna på galler eller över kavel eller dammsugarrör så böjs de medan de svalnar.

Kan serveras med smaksatt vispad grädde och hackad (och färgad) mandel.

Recept från Sven o Pias samling

Glutenfritt

Melonsorbét

Tag fram alla ingredienserna i god tid och se till att de finns plats i frysen. Satsen räcker till 4 portioner.

Ingredienserna:

3 dl vatten

1 dl strö- eller florsocker

1/2 dl färskpressad citronsaft

650 gr skalat melonkött

Till serveringen:

1 dl hackad citronmeliss (hjärtansfröjd)

Beredningen:

Koka en lag av vatten och socker i 10 min. Låt kallna ordentligt. Tillsätt citronsaften. Skär melonen i bitar och kör i mixer. Låt maskinen gå medan lagen hälls i. Häll massan i en frysform och ställ in i 30 minuter i frysen. Tag ut och rör om. Fortsätt frysningen ytterligare en timme. Tag ut och rör om på nytt och ställ i frysen igen.

Om sorbén inte skall användas snart, bör man sätta på lock efter 1-2 timmar

Tag ut sorbén ur frysen 15 min innan servering, skeda upp i portionsglas, strö över rikligt med hackad citronmeliss och servera omedelbart.

Recept från Sven o Pias samling

Glutenfritt

Polentaplättar

Tag fram alla ingredienserna.
Satsen räcker till 2-3 portioner.

Ingredienserna:

3 ägg
1 msk socker
3 dl majzena-mjöl
1,5 dl polentagryn
½ tsk salt
½ dl olja (neutral smak, t ex rapsolja)
1,5 dl mjölk (eller vatten)

Beredningen:

Rör ihop ägg och socker. Rör ned de torra ingredienserna och oljan.
Rör i vätskan. Ställ undan och låt svälla ihop ca 1/2 timme.

Grädda på smort plättjärn, på båda sidor. Rör om i smeten mellan varje omgång.

Servera med färska bär eller sylt och grädde.

Recept från Sven o Pias samling

Glutenfritt

Marängtårta

Tag fram alla ingredienserna. Sätt ugnen på 100 °C.
Satsen räcker till 6-8 portioner.

Ingredienserna:

3 äggvitor
1,5 dl strösocker
1 tsk majzenamjöl
1 tsk mald pepparkakskrydda
(motsv ½ krm kryddpeppar, ½ tsk kryddnejlika och ½ tsk ingefära)

1,5 dl tjock grädde
2 dl färska lingon
1 msk socker

Beredningen:

Täck en plåt med bakplåtspapper och markera en rundel 20 cm i diameter. Vispa äggvitorna till ett hårt skum (så man kan vända skålen upp och ned). Fortsätt vispningen medan 1 dl socker tillsättes. Vispa sedan ytterligare 3-4 minuter. Blanda resten av sockret med majzena och kryddor. Häll i blandningen i marängsmeten under fortsatt vispning. Bred ut massan i rundeln till ca 2 cm tjockt. Skrapa ned resten av massan i en sprits och spritsa toppar runtomkring.

Grädda i ca 2 timmar på 2:a falsen nedifrån.
Låt svalna i avstängd ugn ytterligare 30 min.

Till serveringen:

Vispa grädden och blanda ned lingon. Smaksätt med socker och bred blandningen över marängen.
Garnera gärna med extra lingon.

Recept från Sven o Pias samling

Glutenfritt

Drömtårta

Tag fram alla ingredienserna i god. Sätt ugnen på 250-275 °C.
Satsen räcker till 12-16 bitar.

Ingredienserna:

Kakan

3 ägg

1 äggvita

1,5 dl strösocker

50 gr potatismjöl

2 msk cacao-pulver

2 tsk bakpulver

Krämen

100 gr smör

125 gr florsocker

1-2 äggulor

2 tsk vaniljsocker

Beredningen:

Vispa ägg och socker pösigt. De torra ingredienserna siktas och röres ned. Täck en braspanna med bakplåtspapper och fördela smeten jämnt. Grädda i ca 7-8 minuter på 2:a falsen nedifrån.

Stjälp upp kakan på ett sockrat bakplåtspapper och låt svalna.

Till krämen vispas det mjuka smöret och florsockret pösigt. Äggula och vaniljsocker tillsättes. Bred ut krämen på den kalla kakan och rulla samman ganska hårt. Rulla in kakan i ett bakplåtspapper och låt gärna stå till följande dag, innan den skäres i skivor.

Till serveringen:

Om kakan skall skäras upp vid serveringen är ser det trevligt ut om man siktat lite florsocker på ovansidan minuterna innan.