

FiberHUSK® bør ikke erstattes af HUSK®, idet HUSK® består af hele frøskaller og derfor har en anden volumen.



Rosinboller

4 æg
1 dl kokosmælk
30 gram smeltet smør
1/4 dl FiberHUSK®
3/4 dl mandelmel (fra Funktionel mad)
4 spsk. sukrin
2 tsk. bagepulver
1 dl rosiner

De våde ingredienser blendes eller piskes, hvorefter de tørre blandes og røres i. Rosinerne røres i til sidst. Dejen hviler 10 minutter, så fibrene får mulighed for at suge væske til sig. Hvis dejen er for våd til at kunne formes til

boller, tilsættes lidt ekstra mandelmel. Der formes 6 boller, der trykkes lidt flade, pensles med æg eller smeltet smør. Rosinbollerne bages ved 200 grader i cirka 15 minutter.

Opskriften er udarbejdet af Tatjana Albinus. Få mere inspiration på www.lowcarb.dk. Her kan du også læse mere om Tatjanas kogebog "Low carb lækkerier – nye opskrifter uden mel og sukker".

FiberHUSK® kan købes på apoteket, i helsekostforretninger, Matas og enkelte dagligvareforretninger.

- FiberHUSK® har et fiberindhold på hele 85 % og er helt uden tilsætningsstoffer.
- FiberHUSK® indeholder 0 kulhydrater.
- Brød bagt med FiberHUSK® mætter bedre og holder sig friskt længere.
- FiberHUSK® kan bruges i brød, skærekager, farsretter, grød og smoothies.
- Få mere inspiration på www.fiberhusk.dk.

