



# Grønkålsboller

## 14 stk

### Ingredienser

250 g økologisk grønkål fra Sønderjyds Kål  
2 dl vand  
50 g gær  
200 g kvark  
1 æg  
1 spsk olivenolie  
1 spsk salt  
500 g hvedemel  
1 æg, til pensling  
Tørret oregano, til drys

### Fremgangsmåde

Tø grønkålen op.  
Hæld vandet i en gryde og varm op til 37°.  
Sluk for varmen, hæld vandet i en skål og opløs gæren heri. Tilsæt grønkål, kvark, æg, olivenolie og salt og rør sammen. Tilsæt melet lidt ad gangen, til dejen samler sig. Drys evt. med mere mel. Lad dejen hæve tildækket i en skål i 30 minutter.  
Tænd ovnen på 200°. Form dejen til boller, sæt dem på en bageplade med bagepapir og lad dem efterhæve tildækket i 30 minutter. Pensl bollerne med pisket æg og drys med oregano. Bag bollerne i ovnen i ca. 20 minutter, til de er gyldne og gennembagte.

### Serveringsforslag

Servér med smør, ost og pålæg.

Brug grønkålsbollerne som burgerbolle, i madpakken med pålæg og grønt eller nyd dem som en sund eftermiddagssnack.

