# Grove scones i langpanne

### Ingredienser




♥ 2 dl hvetemel
♥ 1,5 dl fin sammalt hvetemel
♥ 2 ts bakepulver
♥ 0,5 ts natron
♥ 125 g smør
♥ 0,5 dl olivenolje
♥ 2 dl kulturmelk
♥ 2,5 dl havregryn (små, lettkokte)
♥ 1 dl solsikkefrø

Pynt:
♥ 0,5 dl solsikkefrø
♥ 0,5 dl sesamfrø

### Fremgangsmåte

Ha hvetemel, fin sammalt hvetemel, bakepulver og natron i en food processor. Tilsett kaldt smør i terninger og kjør blandingen sammen slik at smøret smuldrer seg i det tørre. (Smøret kan også smuldres i det tørre med fingrene hvis du ikke har en food processor.)

Ha blandingen i en rørebolle og tilsett olivenolje, kulturmelk og havregryn. Rør forsiktig rundt med en sleiv så deigen blander seg. Ha i solsikkefrø til slutt og kna deigen raskt sammen (jo mindre du bearbeider deigen, jo luftigere og mindre kompakte blir sconesene).

Trykk deigen jevnt utover i en bakepapirkledd, liten langpanne (ca 20 x 30 cm). Strø over solsikkefrø og sesamfrø og trykk frøene lett ned i deigen så de fester seg. Bruk en kniv og skjær opp 12 scones.

Stek sconesene midt i ovnen ved 175°C i ca. 25-30 minutter. Sjekk at sconesene er gylne og gjennomstekte i midten.

Avkjøl sconesene litt før de løftes ut av langpannen og skjæres fra hverandre med en kniv.

**Tips**

♥ Du må regne med at scones har en litt annen konsistens enn rundstykker. Sconesene blir "løsere" og litt mer smuldrete i konsistensen. Smaker aller best nystekte. Scones er også fine å fryse.

© 2004 - 2026: Det søte liv. Med alle rettigheter.

---

**Source URL:** https://www.detsoteliv.no/oppskrift/grove-scones-i-langpanne