

# Warbro Kvarns urgodis av ursprungliga spannmålsorter

1,5 dl ekologiskt jordnötssmör (ca 200 g)  
1,5 dl ekologisk sirap  
1 dl kokt hel kärna av dinkel från Warbro Kvarn AB (kan bytas ut mot Warbro Kvarns matdinkel)  
1 dl kokt hel kärna av nakenhavre från Warbro Kvarn AB (kan bytas ut mot Warbro Kvarns matdinkel)  
1 dl dinkelflingor från Warbro Kvarn AB  
1 dl nakenhavreflingor från Warbro Kvarn AB  
1 dl kokosflingor  
2 dl blandade nötter och fröer, t.ex. grovhackade mandlar, sesamfrön, grovhackade pumpakärnor eller solroskärnor  
1 dl russin  
Att rulla kulorna i: sesamfrön, finhackade pumpakärnor, kokosflingor eller smält mörk choklad

Koka den hela kärnan av dinkel, nakenhavre eller matdinkel i ca 40, 15 respektive 20 minuter. Det går även att blötlägga kvällen före för kortare koktid.

Värm jordnötssmöret tillsammans med sirapen i en kastrull på svag värme under omrörning tills allt smält ihop.

Blanda alla torra ingredienser och rör ner dem i smeten medan den är varm. Blanda väl och låt sen svalna tills allt stelnat något.

Rulla till kulor, ev med mjölad hand, till valfri storlek och rulla dem i t.ex. sesamfrön, malda pumpakärnor eller chokladdoppa dem. Förvaras i kylan.