



## Laup med sirup

### Ingredienser

50 g gjær  
100 g smør  
150 g lys sirup  
5 dl melk  
2 ts malt anis  
400 g fint rugmel  
600 g hvetemel

Pensling:

1 egg

### Fremgangsmåte

Smuldre gjæren i en bolle. Smelt smør og bland med melken. La blandingen bli lunken og løs opp gjæren i dette. Tilsett anis og rugmel. Bland så i hvetemel og elt til en jevn og smidig deig. La heve lunt i 40 minutter.

Del deigen i 15 like store emner og form runde boller, som så trykkes flate. Legg dem på bakepapirdekkede stekeplater og etterhev i 20 minutter. Pensle over bollene med sammenpisket egg.

Stekes midt i ovnen ved 220°C i 15-20 minutter.

### Tips

Laup med sirup er fine å fryse.



© 2004 - 2025: Det søte liv. [Med alle rettigheter.](#)

---

**Source URL:** <https://www.detsoteliv.no/oppskrift/laup-med-sirup>