

"Försök inte göra en fettsnål bulle"

Ett ögonblick, kanelbulls-general Kaeth Gardestedt, som i dag firar kanelbullens dag...

Hur känns det att vara bullgeneral?

- Det känns bra! Det finns ju festivalgeneraler och så finns det generaler i det militära och det vill jag inte vara. Men kanelbullsgeneral är rätt roligt. Fast egentligen är jag aktivitets- och projektansvarig för Hembakningsrådet.

■ Varför firar ni kanelbullens dag?

- Därför att kanelbullen är en så härlig svensk god och glad och alla positiva minnens kaka. Men ursprungligen kom den till när Hembakningsrådet skulle fira 40 år 1999. Hembakningsrådet bildades 1959.

■ Vad är knepet för att få riktigt smarriga kanelbullar?

- Att slösa med råvarorna och inte försöka göra en fettsnål bulle. Vill man ha den kalorifattiga varianten ska man göra en vanlig slät bulle i stället.

■ Vad rekommenderar du för ingredienser?

- Man ska ha ett fint vetemjöl och gärna använda brödsirap. Man har i lite kardemumma för att höja smaken och gärna också lite vaniljsocker. Och så förstås riktigt smör.

- Fyllningen är också viktig. Det ska verkligen vara smör, kanel och socker.

■ Hur firar man på bästa sätt kanelbullens dag?

- Genom att baka kanelbullar och bjuda alla man gillar. Själv började jag med att ta med kanelbullar till yogan i morse.

■ Sist av allt - vad önskar du dig mest av allt just nu?

- Kanelbullar till alla, förstås.



Namn: Kaeth Gardestedt

Bosatt: Malmö

Ålder: Hemlig

Familj: Man och ett vuxet barn.

Inkomst: Tillräcklig.

Caroline Olsson

Publicerad: 2004-10-04

► tipsa oss: ettan@aftonbladet.se