Hjemmelagde knekkebrød med valnøtter

Det går en kule varmt i Bollefruas hjem for tiden, fulle dager fra morgen til kveld. Mye bloggbar mat blir det ikke, for å si det sånn. Heldigvis er det snart høstferie.. Forrige uke lagde jeg knekkebrød som ble vanvittig gode. Jeg har kalkulert frem en oppskrift som gir to brett med tynne, sprø knekkebrød. UTEN hvete og med grovt mel, kjerner og nøtter.

Knekkebrød:

3 dl havregryn

3 dl sammalt rug, grov

1 dl sesamfrø

1 dl finhakkede valnøtter

2 dl solsikkefrø

1 ts salt

1 ss honning

5,5 dl vann

Meierismør til smøring av stekebrett

1.Sett ovnen på 140 grader varmluft. Jeg har funnet ut at det er den beste temperatuuren for min ovn, ellers smaker knekkebrødene fort litt brent. Originalt skulle temperaturen være 160.

2. Bland alt det tørre i en bakebolle.

3. Rør honningen ut i vannet. Det kan være lurt at vannet er litt varmt, så går det lettere.

4. Ha vannet i det tørre. La stå og svelle i minimum 10 minutter.

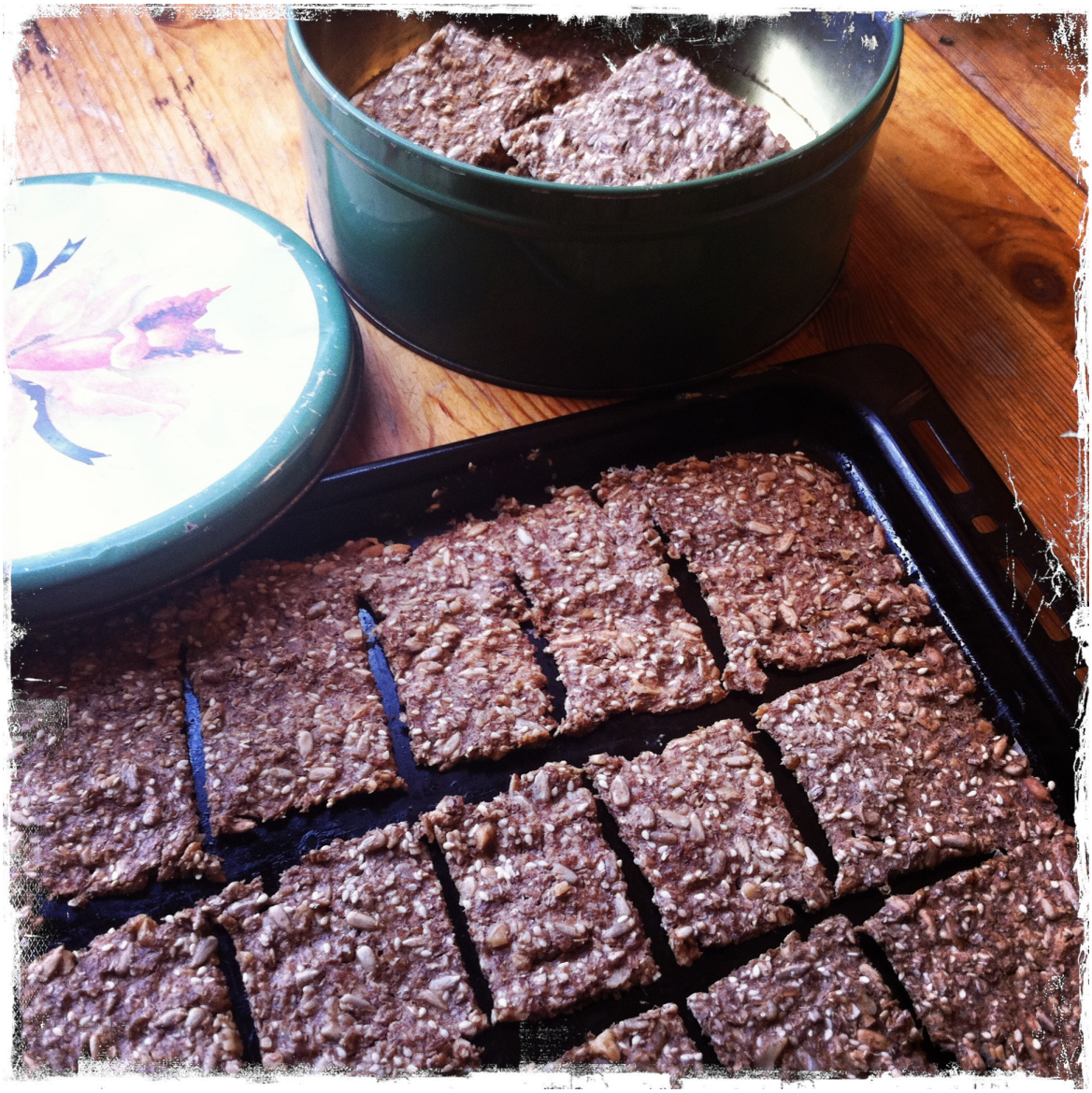
5. Ta en pakke meierismør og smør begge stekebrettene med et tykt lag smør (ikke smelt smøret). Det går an å dekke brettet med bakepapir i stedet, men jeg synes det er vanskeligere å bre deigen jevnt utover papir.

6. Fordel deigen på to brett og bre den til et jevnt, tynt lag. Prikk deigen med en gaffel.

7. Sett brettene inn i ovnen i 10 minutter, et brett oppe og et nede. Ta de ut og skjær deigen i ruter med et pizza hjul. Hver rute blir da et knekkebrød, så velg en størrelse som passer for deg.

8. Stek knekkebrødene i 60 minutter til. (Altså 70 minutter til sammen). Bytt plass i ovnen etter halve steketiden. Dvs 35 minutter på hvert sted. Jeg pleier å skru av ovnen og la knekkebrødene avkjøles mens døren står på gløtt. Det viktige er at knekkebrødene får avkjøles på brettet.

9. Når knekkebrødene er kalde, brekker du de opp og legger de i en tett boks. Hvis noen ikke er helt “tørre” bleier jeg bare å steke de litt til.



Ideen om å smøre brettene med smør, fikk jeg fra denne fine bloggen: http://malenesmaktmat.blogspot.no/