

# Kjendisbrød



—

Det er søndag. Jeg ligger inntil en liten kropp som nesten sover og kjenner roen senke seg. En tom uke venter på å bli fylt opp, av hva vet jeg jo ikke helt ennå. Unntatt jobb og noe baking. Jeg er temmelig sikker på at det blir litt av det. Jeg ligger også og oppsummerer helgen, hva var bra? Største opptur var definitivt at alle fire gikk på ski sammen. I påskesol. Dessuten har vi pusset vinduer og det er ganske bra til å være oss. Min personlige nedtur var definitivt ketchupflekken jeg hadde på haken (grunnet pølsestopp på vei til fjells) som jeg ikke oppdaget før etter mange timer. Jeg føler det er vanskelig å bli tatt seriøst når man har ketchup i fjeset. Heldigvis er jeg så rask på ski at de færreste kan ha lagt merke til det. ☐

Denne brøddoppskriften har jeg fra en venninne som igjen fant den på [Maria Skappel](#) sin blogg. Brødet smaker utrolig godt og har en deilig, sprø skorpe. Det holder seg saftig i dagevis og hvis du har det stående med snittflaten ned på fjøla (uten å ha noe over) er skorpen fortsatt like crunchy også.



### **Smakfullt og holdbart grovbrød:**

*650 g siktet speltmel*

*250 g sammalt speltmel*

*60 g solsikkekjerne*

*60 g gresskarkjerne*

*50 g sesamfrø*

*50 g havregryn*

*100 g linfrø*

*1 ss salt*

*1 pk gjær*

*1 l vann, ikke iskaldt*

*50 g chiafrø, selges på helsekostbutikker og er visst supersunt (kan sløyfes)*

*smeltet meierismør til smøring av formene*



Finn frem alle ingredienser, en stor bakebolle og en sleiv. Hvis du bruker fersk gjær foretrekker jeg å smuldre det i bollen med vannet og la det løse seg litt opp før jeg har i resten av ingrediensene. Rør alt sammen til løs deig. Dekk bollen med en plastpose og hev i ca 30 minutter. Smør to brødformer på 2 liter med meierismør (eller olje) og dekk bunnen med bakepapir. Fordel deigen i de to formene og la etterheve i 45 minutter (under plast). Sett ovnen på 225 grader. Når brødene er ferdig hevet kan du evt pensle dem med vann og strø over solsikkekjerner. Stekes midt i ovnen i 40 minutter. Ta brødene forsiktig ut av formene og stek de videre på rist, **opp ned**, i 15-20 minutter til. Avkjøl brødene på rist.

