

Barnas favorittbrød



Dette saftige og supergode brødet gikk ned på høykant under kveldsmaten hos oss i kveld. Barna våre er (dessverre) litt kresne på hva slags brød de vil ha, men dette halvgrove speltbrødet uten frø, kjerner eller nøtter var en skikkelig innertier.

Og hva er vel bedre for en sliten mor eller far, som har kjempet seg gjennom henting av gretne barn, lekser og middagsstyr, enn å skjære tjukke skiver av nybakt brød til fornøyde barn? Jeg liker best å smøre mange halve skiver og servere dem på fat, da kjennes det liksom som om all utilstrekkelighet jeg føler som mor forsvinner. For en liten stund i det minste. ☐

Du trenger:

(2 brød)

5 dl sammalt spelt, grov

2 dl sammalt rug, fin

ca 11 dl siktet speltmel

omtrent 2 dl ferdig kokt havregrøt (jeg brukte rester fra kvelden før)

0,5 dl olivenolje

1 pose tørrgjær

1 ss havsalt

2 ss honning

6 dl lunkent vann

2 dl kefir (evt kulturmilk)

Ha alle ingrediensene i en eltebolle og elt i ca 10 minutter. Denne deigen skal være fuktig og klissete, men ikke som suppe, heller som en tjukk grøt. Du må derfor se om du må justere litt på melmengden. La heve under plast i ca 60 minutter eller til deigen har doblet størrelsen.

Smør to brødformer (som rommer 1,5 liter) med litt smeltet smør eller olje og kle dem med bakepapir. (Når formen er smurt, fester papiret seg bedre).

Fordel deigen i de to formene og sett til etterheving i ca 45 minutter.

Sett ovnen på 250 grader og sett stekeristen nederst i ovnen. Når emnene er ferdig hevet, steker du dem (nederst) i ovnen i 25 minutter. SKRU NED VARMEN til 220 grader og stek videre i 20 minutter. Brødene er ferdige når de får en hul lyd når du banker på dem. Løft/tipp brødene ut av formene og avkjøl på rist.

KOS DEG.



Enter a caption