

## To-trins brød

### 1.dag. fordej

2 dl vand 30°

200 g. grahamshvedemel

1 g gær



blandes til en flydende dej om aftenen. Henstår overdækket natten over i stuetemperatur.

### 2.dag. Brøddej

Om morgenen tilsættes:

2 dl vand 30°

1 tsk. Salt

grahamsmel til dejen er smidig.

Dejen æltes godt igennem. Overdækkes med et klæde og henstår, til den viser liv (ca 1 time).

Derefter slås brødet op og lægges i en form. Det hæver et lunt sted, og bages ved 225° i 45-60 min.

## Soldaterbrød

50 gr. gær

1 spk honning

2½ dl vand

salt

kardemomme, kanel, eller hvad man har lyst til mel



Alt dette blandes, put mel i en til dejen ikke længere klistrer, og stil derefter dejen til hævnning.

Når dejen har hævet bager man dem over gløderne i bålet.

Dejen kan bages på to måder:

Enten former man små boller, som man trykker flade, eller man ruller hele dejen ud til en rimelig tynd flade, som ikke skal have særlig længe. Når dejen bobler skal de vendes.

Denne middelalderopskrift er god til lejrture... hvis man har alle ingredienserne med i rygsækken :-)

## Sesamringe

• 200 gram fuldformalet hvedemel

• 200 g hvedemel

• 70 g sesamfrø

• 25 g gær

• 1/4 l mælk

• 1 dl olie

• 2 tsk. salt

• 2 spsk. honning eller sukker



Fremgangsmåde:

Halvdelen af sesamfrøene ristes på en tør pande, til de giver en sød og dejlig duft. Melet blandes med de ristede sesamkerner og salt. Gæren, honning og mælk røres i melblandingen. Ælt dejen lidt, inden du tilsætter olien (ellers kan olien indkapsle gæren). Lad dejen hvile.

Tilsæt evt. lidt mere mel og del dejen i 12 dele. Rul pølser på 15 cm og luk dem sammen til ringe. Pensl ringene med olie og drys med de resterende sesam.

Lad sesamringene hæve på en bageplade i 20 min., inden de bages i ovnen ved 200° i 15 min. (brug af vandbad giver det bedste resultat, men er ikke en nødvendighed).

## Bedstemorboller

½ ltr kaffefløde

600 g fuldformalet hvede el. spelt mel

650 g hvedemel

100 g sukker

100 g smør/margarine

2 æg

50-100 g gær (afhængig af tid)

2 tsk salt



Smelt smør i fløden i en gryde. Afkøles, gæren opløses heri. Æg, sukker, salt blandes i, og melet æltes langsomt i.

Hæver 30 min. slås ned, trilles til boller og hæver igen 30 min. Bages 10 min ved 225°.

# Opskrifter med hvedemel og hvid hvede



## Grahamsbrød

med skoldet grahamsmel, der gør, at brødet kan holde sig længere, er bedre fryseegnet og giver mere smag, En gammel svensk bagetradition.

- Skoldning:
- 200 g grahamsmel, el. fuldmalet hvedemel
- 4 dl kogende vand
- Det skoldede mel,
- 50 g frisk gær,
- 20 g salt,
- 10 g sukker,
- 20 g olie,
- 500 g hvedemel,
- 2 dl varmt vand

Fremgangsmåde:

Skoldning: Det kogende vand overhældes grahamsmålet, blandes godt og står i 24 timer ved stuetemperatur med et klæde over.

Brød: Gæren opløses i halvdelen af vandet. Resten af ingredienserne på nær vandet blandes i. Resten af vandet tilsættes ad et par gange, men pas på, at dejen ikke bliver for blød.

Dejen æltes på et letmelet bord i 15 min. med hænderne.

Dejen ligges til hævning et lunt sted med et klæde over i 15 min.

Luften æltes ud af dejen og stilles til hævning i yderligere 15 min. med et klæde over. Dejen formes til et aflang brød og ligges i en 1 1/2 liters brødforn med bagepapir.

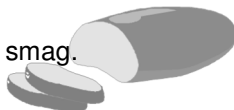
Brødet stilles til hævning et lunt sted med et klæde over, indtil det er hævet til dobbelt størrelse.

Brødet pensles med vand.

Brødet bages i en forvarmet ovn 250° i 20 min. Ovnens skrues ned på 200°, og brødet bages i 40 min.

Brødet tages straks ud af formen og bages yderligere 10 min ved 200°. Brødet afkøles straks på en bagerist.

Et godt brød med gods og smag.



## Havregrynsboller med HVID hvede

Hvidt brød er altid vældig populært hos børn, fordi brødet er blødt og tyggevenligt. Med det i tankerne bagte vi bløde, hvide boller med både havregryn og hvid hvede, en melsort, som er mere fiberrig end almindeligt hvedemel. Resultatet bliver alsidige boller, som kan spises til morgenmad, som mellemmåltid eller med fyld som sandwich i madpakken.

Tid: ca. 30 min. plus hæve- og bagetid.

(12 stk.)

2 dl A38 eller tykmælk

3 dl vand

50 g gær

1 spsk. salt

1 spsk. sukker

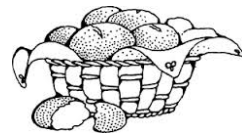
1 æg

150 g grovvalsedede havregryn (kan erstattes af almindelige havregryn)

500 g hvid hvede

1 æg til pensling

grovvalsedede havregryn til drys



Hæld A38 og vand i en skål, og opløs gæren heri. Tilsæt salt, sukker og æg. Rør først havregryn og dernæst hvid hvede i væsken, og rør dejen sammen, til den har en tyk grødlignende konsistens.

Dæk skålen til med et viskestykke, og lad dejen hæve et lunt sted i 1 time.

Fordel dejen i 12 klatter på en bageplade med bagepapir. Lad bollerne hæve tildækket ved stuetemperatur i ca. 30 min.

Pensl bollerne med sammenpisket æg og drys med havregryn.

Bag bollerne i forvarmet ovn ved 200° i ca. 20 min.

## Brusebadsboller

Ca. 16 stk.

1/2 ltr koldt vand

5 g gær

1 tsk salt

evt. 1 tsk rørsukker

250 g grahamsmel

350 g hvedemel



En blød dej giver flade, men saftige boller. Er dejen fastere, bliver bollerne højere men knap så saftige. Boller af en blød dej bages godt igennem, da de ellers kan blive klæge.

Vand, gær, salt, sukker og mel røres sammen til en blød dej. Den sættes i køleskabet i en skål med låg natten over, eller i mindst 6 timer.

Bollerne sættes på en smurt bageplade med to skeer. Uden hævning bages bollerne i 25 min. ved 230°.

De skal være godt gyldne og faste over det hele for at være gennembagte.

Man kan vælge at bruge hele dejen på en gang eller i flere portioner over flere dage.

\*\*\*\*\*

## Og så lige et par tips til det gode brød

- Jo grovere melet er, jo mere væske skal der indarbejdes i dejen under æltning, ellers bliver det færdige brød tørt.
- En blød dej giver et saftigt brød, der har plads til at udvikle smag under hævningen, og som holder sig friskt, længe efter det er bagt.
- Du kan nemmere ramme den korrekte mængde mel, hvis du ælter dejen 3-4 gange over 20-30 minutter, men lader den hvile imellem hver æltning. På den måde optages væsken i melet.