

Speltbrød med græskarkerner (3 stk.)

Ingredienser:

50 g	gær
5 dl	lunken vand
5 dl	kærnemælk
6 spsk.	græskarkerner
1½ spsk.	groft salt
2 spsk.	olie
1 spsk.	sukker
ca. 800 g	fuldkornsspeltmel
ca. 300 g	hvedemel

Rør gæren ud i lunken vand og kærnemælk. Tilsæt alle ingredienserne - undtagen hvedemel og rør det godt sammen i 5-10 min. Tilsæt hvedemel lidt efter lidt og ælt dejen til den er blød og smidig.

Tildæk dejen og lad den hæve et lunt sted i ca. 1 time.

Form dejen til 3 brød, som efterhæver ca. 45 min.

Bag brødene ved 175 grader i ca. 35 min.

Fryseegnet: ja

