



Ingredienser

600 g	hvedemel
100 g	speltmel
40 g	FiberHUSK®
25 g	sukker
10 g	salt
50 g	gær
1	æg
0,5 dl	olie
4,5 dl	vand

Sesamfrø, birkes eller havregryn til drys.

Fiberrigt Sandwichbrød

2 stk.

Vand, gær, æg og olie kommes i en skål og røres godt sammen. Resten af ingredienserne kommes i og æltes, til dejen er jævn og glat.

Dæk dejen med et klæde, og lad den hæve i ca. 20 minutter et lunt sted.

Dejen deles i 2 stykker, der formes til brød. Disse lægges i en smurt form, som stilles på en plade. Dejen kan også stilles frit på pladen og vendes i birkes, sesam, havregryn m.v.

Dejen dækkes igen med et klæde og stilles til hævnig på et lunt og fugtigt sted i ca. 50 minutter.

Brødet bages i en forvarmet ovn ved 220 °C i ca. 30 minutter.

Brødene bages, til de er gyldenbrune. Jo mere brødet bliver bagt, jo sprødere bliver det. Brødene sættes på en rist, for at de skal forblive sprøde i bunden.

Tip

Ved indsætning i ovnen kan der kastes ½ kop vand ind på ovnens bund, lige før lågen lukkes. Dette bevirker, at brødet får en større volumen og en blankere overflade.