



Fiberbrød, glutenfri

Fiberbrød med solsikkekjerner er et grovt og godt brød for deg som ønsker et alternativ uten gluten. Det er rikt på kostfiber og består av en stor andel frø og havre

Slik gjør du

- ① Tøm posens innhold i bakebollen. Tilsett 1 pakke gjær (gjærne fersk gjær) og 4 dl lunkent vann (ca. 38 °C). Elt deigen ca. 5 min i kjøkkenmaskin eller rør godt sammen for hånd. Bruk en slikkepott for å unngå at melblandingen setter seg i bunnen
- ② Hell deigen over i en smurt form 1 - 1,5 l ved hjelp av en slikkepott/bakespatel. Stryk deigen jevnt utover med en fuktig slikkepott. Strø over solsikkekjerner eller annen dekor. La brødet heve under plast/kjøkkenhåndkle i 40 - 50 min
- ③ Stek brødet ved 220 °C på midterste rille i 40 - 45 min, avhengig av ovn. Ta brødet ut av formen og stek videre i 5 - 10 min. Avkjøl brødet på rist

Ingredienser

1 pk **Møllerens Fiberbrød med solsikke, glutenfri**

1 pk gjær

4 dl lunkent vann

Produkter du kan benytte til denne oppskriften



Møllerens
Fiberbrød
med
solsikke,
glutenfri