inköpslistan.se

Av: Iréne

2 st

Övrigt, Bakning

VALNÖTS- & APRIKOSBRÖD*

Ingredienser

7,5 dl vetemjöl *(Specialvetemjöl)*
4 dl rågsikt
1 msk salt
25 g jäst
4,5 dl vatten
$^{1}/_{2}$ dl margarin, flytande
$^{1}/_{2}$ msk sirap *(ljus)*
3,4 dl valnötter *(grovhackade)*
3,4 dl solrosfrö
$^{1}/_{2}$ dl aprikoser, torkade *(grovhackade)*
solrosfrö *(garnering)*
grovt rågmjöl
(garnering/ kan uteslutas)

Gör så här

Häll vetemjöl, rågsikt och salt i en stor bunke. Rör ut jästen i kallt vatten och häll det över mjölet. Tillsätt sirapen och smöret (flytande)

Arbeta ihop degen i mixer ungefär 7 minuter.

Blanda ihop valnötter, solrosfrön och aprikoser och tillsätt i degen. Blanda ca 20 sekunder.

Själp upp degen på lätt mjölat bakbord, täck med bakduk och låt vila i 20 minuter.

Dela degen i två bitar. Knåda dem försiktigt släta. Platta ut lite och forma limpor.

Lägg över limporna på plåt med bakplåtspapper. Pensla med vatten och garnera med solrosfrån. Tryck till fröna lite. Strö gärna lite grovt rågmjöl över. Låt jäsa till dubbel storlek ca 50 minuter.

Gör några snitt i bröden och ställ in plåten i 250 g på nedersta falsen. Spraya gärna in vatten i ugnen för knaprighet.

Sänk värmen direkt till 200 g och grädda i 25-30 minuter.