

Havregrytsbröd

"Mamma"

50 gram Surdeg/surdegsstart
120 gram ljummet vatten
70 gram rågmjöl

Skällning

40 gram havrekross
40 gram vetekross
60 gram solrosfrön
20 gram linfrön
12 gram salt
4 gram spiskummin
160 gram vatten

Deg

10 gram jäst
160 gram ljummet vatten (37 grader)
80 gram brödsirap eller honung
160 gram vetemjöl
120 gram rågmjöl

Förbered först en "mamma" genom att blanda ihop ingredienserna täck med en handduk och låt stå i rumstemperatur.

Blanda alla torra ingredienser till skällningen, koka upp vattnet och slå över. Rör tills allt blivit blandat och täck med plastfilm, eller bivaxduk. När skällningen svalnat till rumstemperatur och "mamman" är bubblig och fin är det dags att blanda degen. (ca 4 tim)

Smula jästen i en bunke och lös upp den med vattnet. Tillsätt mjöl, sirap, mamman och skällningen, rör ihop för hand eller med maskin på lägsta hastighet. Degen skall bara blandas.

Häll degen i en oljad plastlåda eller burk med lock och låt den jäsa tills det är dags att baka. Den kan jäsa svalt över natten eller ett par timmar i rumstemperatur.

Grädda brödet i en Dutch Oven som du smort eller preppat med bakplåtspapper. Strö lite havregryn överst.

Det tar ungefär en timme men håll koll och tempa emellanåt. Brödet skall nå 98 grader. Smaklig spis!

