



Frukostbröd

12 stycken

INGREDIENSER

25 gr jäst
50 gr smör
2,5 dl mjölk
1 tsk salt
1 msk honung
1 dl havregryn
2 dl rågsikt
4,5 dl vetemjöl
1 msk pumpakärnor
1 tsk chiafrön

Pensla med ägg (dela med dina kompisar)

GÖR SÅ HÄR

1. Sätt ugnen på 200 grader, över- och undervärme.
2. Smält smöret i en liten kastrull och blanda i mjölken. Värm till 37 grader, du ska inte känna att du doppar i ditt finger.
3. Smula jästen i en bunke.
4. Häll den ljumma mjölk- och smörblandningen över jästen och rör tills jästen har löst sig.
5. Tillsätt salt, honung, havregryn, rågsikt, vetemjöl, pumpakärnor och chiafrön.
6. Blanda till en deg och arbeta ihop den ordentligt.
7. Forma till små bullar, det ska bli 12 stycken.
8. Låt bullarna jäsa under handduk i cirka 20 minuter.
9. Pensla bullarna med ett uppvispat ägg.
10. Grädda i mitten av ugnen i cirka 15 minuter i 200 grader.
11. Låt bröden svalna på ett galler innan du äter dem.