

### Något gott till frukost. Här kommer Britt-Maries tips på frukostbröd med havre.

- 5 dl havregryn
- 2 dl grovt rågmjöl
- 1 dl rågkross
- 1 dl linfrön
- 8 dl vetemjöl
- 2 tsk salt
- 7dl vatten eller mjölk
- 2 msk olja
- 50 g jäst

1 dl av vardera solrosfrön, tranbär och russin - detta har jag lagt till.

Blanda alla torra ingredienser i en bunke. Värm vätskan till 37 grader och rör ner den och oljan i mjölblandningen. Smula ner jästen, rör om tills jästen är löst. Tillsätt allt vetemjöl och arbeta degen ca 5 minuter i maskin. Ställ att jäsa övertäckt med bakduk i ca 30 minuter.

Lägg ett bakplåtspapper på en plåt ca 30 x 40 cm eller smörj med matfett.

Knåda degen lätt i bunken och stjälp upp den på plåten. Strö på lite mjöl och tryck ut degen jämnt över hela plåten och nagga med en gaffel. Pensla med vatten och strö på havregryn, tryck till lätt så de fastnar. Här brukar jag dela i 16 bröd. Sätt ugnen på 225 grader. Låt jäsa i 30 minuter.

Grädda mitt i ugnen ca 20 – 25 minuter. Låt bröden kallna på galler under bakduk. Bryt dem i delar.