

ALLT OM mat

Örtiga bröd med citron och timjan

Gott och lättbakat! Timjanen kan bytas ut mot någon annan färsk ört, exempelvis rosmarin eller oregano.



EVA HILDÉN SMITH

Örtiga bröd med citron och timjan

Tillagning: 20 min + 1 1/2 tim jäsning

1. Repa och finhacka timjanen. Skrubba citronen i ljummet vatten, riv skalet och pressa ut 5 msk saft.
2. Smula jästen i en bunke. Tillsätt vatten och mjölk.
3. Rör i timjan, citronskal och -saft, salt, honung, vetemjöl och grahamsmjöl. Degen ska bli ganska lös. Strö lite vetemjöl över och låt degen jäsa ca 1 1/2 timme.
4. Sätt ugnen på 250°.
5. Häll ut degen på mjölat bakbord (den behöver inte knådas). Strö lite mjöl över degen. Forma två runda limpor och lägg dem på en plåt med bakplåtspapper.
6. Grädda bröden mitt i ugnen ca 20 min. Låt dem svalna utan handduk, då får de en knaprig skorpa.

RECEPT FRÅN LAGALÄTT

Karim Keyser

CITRON, FLYTANDE HONUNG, GRAHAMSMJÖL, JÄST, KALL STANDARDMJÖLK, SALT, TIMJAN, VATTEN, VETEMJÖL, MATBRÖD, NYBAKAT, BAKNING, STUDENT, VARDAG

Ingredienser

2 limpor, ca 20 skivor

- 1 msk salt
- 5 dl vatten, (ca 45 grader)
- 1 msk flytande honung
- ca 1 liter + lite till vetemjöl, (600 g) utbakning
- 1 st citron
- 1/2 pkt jäst, (25 g)
- 2 1/2 dl grahamsmjöl
- 1 kruka timjan
- 1 dl kall standardmjölk

Näringsvärde

140 kcal, 1 g fett, 4 g protein, 28 g kolhydrater