



Hurtigt madbrød



45 MIN

1 PORTION

Nem og hurtig opskrift der giver et lækkert og fedtfattigt madbrød. Et dejligt brød, som er perfekt som mellemmåltid.



8 brød pr. portion

50 g smør

2 dl mælk

½ dl Arla A38® naturel 1,5%

25 g gær

1 tsk sukker

1 tsk groft salt

1½ tsk tørret rosmarin

350 g hvedemel (ca. 5¾ dl)

Pensling

mælk

Pynt

tørret rosmarin

Smelt smørret i en gryde og tilsæt mælken. Hæld blandingen i en skål og tilsæt yoghurt. Rør gæren ud heri. Kom de øvrige ingredienser i (hold lidt mel tilbage). Slå dejen godt sammen med en grydeske. Tag dejen ud på et meldrysset bord og ælt den godt igennem (tilsæt evt. resten af melet). Form dejen til et rundt, fladt brød (ca. 28 cm i diameter) og læg det på en plade med bagepapir. Rids brødet næsten igennem, så der dannes otte trekanter. Pensl med mælk og drys med rosmarin. Bag brødet midt i ovnen.

Bagetid

Sæt brødet i en kold ovn. Indstil på 225° - traditionel ovn og bag i ca. 20 min.

Næringsindhold

Energiindhold for hele retten: 7440 kJ

Energifordeling:

Fiber: 14,7 g

Protein: 10 %

Kulhydrat: 65 %

Fedt: 25 %

