



**GRØN FOKUS**

ØKOLOGI MED RESPEKT SIDEN 1999

## Økologisk Spelt tapasbrød

### Ingredienser:

#### 2 stk. tapas/madbrød:

520 g Grøn Fokus økologisk Speltmel

50 g økologiske speltflager  
eller andre kerner

110 g Grøn Fokus økologisk RugSur

20 g økologisk gær

10 g salt

5 dl koldt vand

### Sådan gør du:

1. Koldt vand, gær og Grøn Fokus økologisk RugSur røres sammen, til gæren er opløst. Alle øvrige ingredienser vejes af og hældes i skålen.
2. Rør din dej på røremaskine i 6 minutter langsomt og derefter 2 minutter ved hurtig hastighed.
3. Hæld dejen i en oliesmurt skål, og dæk den til med et viskestykke. Lad den hvile ved stuetemperatur 1 time. Fold dejen undervejs hver halve time ved at vende siderne på dejen ind over midten, så får du en større volumen på dit brød, da glutenstrengene strammes op.
4. Herefter former du dine 2 brød, og lader dem hæve tildækket i yderligere 1 time ved stuetemperatur. Ønskes koldhævningsbrød, skal der kun bruges halv mængde frisk gær i dejen – når brødet er formet, stilles det i køleskabet til dagen efter med et viskestykke over.
5. Lige inden brødet skal i ovnen, kan du dekorere dit brød med pesto, stykker af Thise Vesterhavsost, friske tomater eller lidt charcuteri. Du kan også pensle brødet med olie og drysse med flagesalt og friske krydderurter.
6. Varm ovnen op og indsæt brødet ved 230°C (varmluft). Hvis muligt, anvend damp i 30 sekunder lige efter brødet er sat ind, for at opnå en sprødere skorpe. Sænk derefter temperaturen til 210°C under bagning.
7. Bages i 18-22 minutter.

**Tip:** Du kan også vælge at dele dejen i 10 stk. og forme til sandwichboller. Så skal bagetiden reduceres til 12-18 minutter.

*Opskriften er udviklet af bager og konditor Rikke Gryberg.*



### Grøn Fokus Bageakademi

Lær at bruge de rigtige bage-  
teknikker til at opnå det bedste  
resultat med dit hvedebrød.  
Tag forklædet på, scan QR  
koden og se med.

