

Preben Uldall - Brød

RUGBRØD



5 æg
 ½ L vand
 1 dl. Yoghurt eller
 cremefraiche
 1 sp. Madkulør

Blendes
 200 gr. Hørfrø
 100 gr. Græskarkerner
 80 gr. Solsikkekerner

200 gr. Sesamfrø
 100 gr. Chiafrø
 200 gr. Mandelmel
 50 gr. Pofiber
 2 sp. Grøn husk
 3 sp. Sukrin gold
 2 sp. Æblecidereddike
 1 sp. Salt

Alt røres sammen, det bliver tungt og meget klægt, sørg for at presse dejen helt ud i hjørnerne i din form når det er klart til bagning, prik mange dybt med gaffel, hvis brødtoppen "knækker" så prik igen efter en time.

Ovn 1 time ved 175 grader og skru ned til 160 1 time mere.

Efter bagning ud af form og køl af, når afkølet pak i viskestykke og stil i køleskab, dagen efter skal du skære det op i den tykkelse som passer dig, jeg bruger en "old fasion" rådvad 5mm tykke skiver, også i fryser, så tager jeg op efterhånden.

Franskbrød



14 æg str. medium

Blend eller mini hakker

420 gr. Revet Mozarella ost (kold ellers kan det være svært at blende)

Tilsæt under omrøring

3 sp. Sukringold

3 sp. Fiberhusk (gul)

85 gr. Mandelmel

65 gr. Pofiber

$\frac{3}{4}$ tsk. Salt

3 tsk. Bagepulver

Hældes i brødform (sliplet, ellers smør form), rids på tværs og langs

Ovn 175 grader, 1 time og 5 minut

Køl og skær dagen efter.