

Bradepandebrød med pesto

(20 skiver)

Det skal du bruge:

10 g gær

5 dl vand

3 spsk. pesto efter smag

1 tsk. salt

325 g fuldkornshvedemel f.eks. fuldkornsdurummel (ca. 5½ dl)

300 g hvedemel (ca. 5 dl)



Sådan gør du:

Rør gøren ud i vandet.

Tilsæt resten af ingredienserne, og rør dejen sammen. Den skal være klistret.

Fordel dejen i en smurt bradepande (ca. 20 x 30 cm). Brug evt. en dejskraber skyllet i koldt vand til at glatte dejen ud.

Dæk formen med plastikfilm, og lad dejen hæve i køleskab i mindst 6 timer, gerne natten over.

Sæt brødet i kold ovn, tænd den på 200° C, og bag det i ca. 30 min. på næstnederste ovrille.

Afkøl brødet på en rist.

Servering:

Du kan servere brødet til suppe eller anden mad.

Brødet er også lækkert til sandwich.

Opbevaring:

Du kan fryse brødet.

1 skive brød:

Energi 500 kJ/120 kcal

Fedt 2 g - Kulhydrat 20 g - Protein 4 g

Kulhydrat pr. 100 g 38 g