



Beskrivelse

Gæren smuldres i vandet og udrøres heri. Kom alle ingredienserne i skålen, hold lidt af hvedemelet tilbage. Rør det til en lind grød, og tilsæt resten af melet. Ælt dejen godt og stil den til hævnning i ca. 1 time. Ælt dejen igennem, form den til en kugle og rul den ud til et fladt brød ca. 20 cm i diameter. Pensl brødet med sammenpisket æg og drys solsikkekerner over. Lad brødet efterhæve ca. 20 minutter på bagepladen. Bag brødet i ca. 20 minutter ved 200 grader.

Ingredienser

25 g gær
2½ dl vand
½ dl olie
1 tsk. sukker
2 tsk. groft salt
1 dl solsikkekerner
1 dl rugmel
300 g mel

Pensling: 1 æg

Pynt: Solsikkekerner