

Flutes med kerner

3-4 stk.

Mors Mad

mad.winther.nu



Beskrivelse

Bring vandet i kog. Kom hørfrø, kerner og olie i det kogende vand. Lad det trækker ca. 30 minutter, indtil det er håndvarmt. Tilsæt surmælksprodukt og rør gæren ud heri. Tilsæt salt og herefter mel, som tilsættes lidt af gangen. Dejen æltes grundigt og stilles til hævnning i 30 minutter. Formes herefter til lange flutes, som efterhæver i 30 minutter.

Rids flutesene og pensl med sammenpisket æg. Bag brødene midt i ovnen ved 200 grader i 25 minutter. Køl flutesene af på bagerist.

Ingredienser

3½ dl vand

1 dl hørfrø

1 dl knækkede rugkerner

1 dl knækkede hvedekerner

2 spsk. olie

2 dl surmælksprodukt

50 g gær

2 tsk. salt

500 g mel

Pensling: 1 æg