

Formfranska 2 st

100 g Jäst (2 pkt)
5 dl ljummet Vatten
50 ml flytande Honung
50 ml Brödsirap
1 dl Olivolja
1 tsk salt



Jäsa 60 min
Jäsa i form 60 min
Grädda ca: 30 min
200° i varmluftsugn

Alternativ:
Sesamfrö eller
Vallmofrö

2 dl Durumvetemjöl

Ca: 10 dl Vetemjöl special (Kan bli mer än 10 dl)

Smula ner Jästen i maskinen

Tillsätt vatten, honung, sirap, olivolja och salt.

Tillsätt Durumvetemjöl.

Sätt på maskinen på långsam till medel hastighet

Tillsätt 8 dl Vetemjöl, tillsätt sedan vetemjöl lite i taget tills degen släpper från bunken,

När du kan peta på degen utan att fingret

klibbar fast räcker det med mjöl (degen får inte bli för torr)

Låt **jäsa** under handduk i **60 min**

Knåda och rulla degen i 2 avlånga limpor



Peta ner limporna i 2 formar

Låt **jäsa 60 min** till i formarna (under handduk)

eller tills dom har rest sig en bra bit över kanten på formarna

Spraya degen med vatten

(Strö över Sesamfrö eller Vallmofrö om du vill)

Grädda i 200° i ca: 25-35 minuter eller tills dom är gyllengula