Fillimpa

sön, 18/01/2015 - 14:06 Gunilla Ödin

- Veckans recept [1]

Veckans mattips, v.1504
Dagens frukostbröd. Enkelt att göra, utan jäsning men lång gräddtid. Det här brödet tänker jag absolut göra igen.

Fillimpa
1 skiva (? pp/port)

5 dl vetemjöl
3 dl grahamsmjöl
4 dl rågsikt
2,5 dl rågkross
1 dl vetekli
1 tsk salt
4 dl blandade frön, tex krossad råg, linfrön, solros, hirs
4 tsk bikarbonat
2 dl mörk sirap, eller brödsirap
1 liter lättfil
(0,5 dl olja av raps eller solros)

Rör ihop alla torra ingredienser noga. Häll i sirap, (olja) och filen och blanda väl, till en lös och klibbig smet.
Häll i smeten i två smorda och bröade avlånga formar. Grädda i nedre delen av ugnen i 175 grader, c:a 100 minuter.

Låt smaka!!

Källa till webbadress: http://www.xn--din-rna.se/blogg/fillimpa

Länkar:
[1] http://www.xn--din-rna.se/category/artikelkategori/veckans-recept