



Snobrød med fuldkorn

2019-08-02 13:36 CEST

Snobrød og kammerjunkere med fuldkorn

Hvilken mad forbinder du med sol og sommer? For mange af os vil svaret nok være smagfulde danske jordbær, hindbær, brombær, nybælgede ærter, koldskål med kammerjunkere og snobrød.

Fuldkornspartnerskabet har lavet to opskrifter på kammerjunkere og snobrød med både fuldkorn og god smag.

"Hvis du skal til bålstedet i weekenden med familien, så er der rig mulighed for at få lidt fuldkorn i børnenes maver. Vi har lavet en luftig fuldkornsdej lige

til at sno om pinden. Den kan også formes som et pølsebrød og lægges på grillen" siger Rikke Iben Neess, kampagneleder for Fuldkornspartnerskabet.

Prøv den lækre opskrift her:

Fuldkornssnobrød

Ingredienser

12 stk snobrød

300 g hvedemel

500 g fuldkornslogomærket hvedemel

1 tsk salt

50 g smør

4,5 dl mælk

50 g gær

Fremgangsmåde

Lun mælk og smør i en gryde indtil smørret er smeltet. Lad det køle af indtil det kun er lunkent og opløs gæren heri.

Bland de 2 typer mel og salt i en skål og tilsæt den lune væske.

Ælt dejen til den bliver glat. Er dejen klistret tilsættes lidt mere mel.

Dæk skålen med et fugtigt klæde og lad den hæve i en time.

Del dejen i 12 stykker og sæt dejstykkerne på pinde og bag dem over gløderne fra et bål eller grill.

Når brødene lyder hule og har fået en gylden farve er de færdige.

Tip

Nyd snobrødet sammen med en klat ketchup og en grillet pølse.

Snobrødet gør sig også godt til hjemmelavet marmelade.

I linket kan du finde opskriften på kammerjunkere med fuldkorn.

Fuldkornspartnerskabet er et offentligt privat partnerskab, der arbejder for at forbedre folkesundheden ved at få danskerne til at spise mere fuldkorn.

Bag Fuldkornspartnerskabet står Fødevarestyrelsen, Kræftens Bekæmpelse, Hjerteforeningen, Diabetesforeningen og en række fødevarerivirksomheder.

Kontaktpersoner



Rikke Iben Neess

Pressekontakt

Kampagneleder

Pressekontakt

rikn@di.dk

+45 30 38 15 36