



Prova

## Sparristocaccia

4 portoner

### INGREDIENSER

Ett stort bröd eller  
ca 20 småbröd  
7,5 dl vatten  
50 gram färsk jäst  
1 msk honung  
2 msk rapsolja  
Ca 12 dl vetemjöl  
2 tsk salt  
1 knippe sparris (200 g)

### GÖR SÅ HÄR

Lös jästen och honungen i vattnet. Tillsätt rapsoljan och ca 10 dl av vetemjölet. Knåda i assistent och håll i ytterligare mjöl. Degen ska vara ganska lös. Blanda i saltet i slutet av knådningen. Låt jäsa i ca 1 timme.

Gör du en focaccia så förbered en plåt med bakplåtspapper samt några matskedar raps eller olivolja. Häll ut degen på plåten och olja fingrarna och dra ut degen försiktigt över hela plåten. Degytan ska bli lite oljig. Lägg på hela färska sparrisar och strö flingsalt över brödet. Låt jäsa i ca 30 min. Grädda i 220 grader. Gör du småbröd håller du ut degen på väl mjölat bakbord. Dofta mjöl över degen. Fös ihop till en lång "limpa", knåda absolut inte den lösa degen, skär med vass kniv eller degskrapa av långa småbröd som försiktigt förs över till en bakplåt med oljat bakplåtspapper. Olja ytan försiktigt med en pensel och lägg på en eller två sparrisar per bröd, strö flingsalt. Jäs och grädda.

Har man brätton kan jästiderna kortas och lyckas man vara försiktig när man håller ut degen på plåten kan sista jäsningsen helt tas bort.

Ett mycket gott bröd som är mycket enkelt att göra och ser snyggt ut. Passar perfekt till soppa, buffé, eller som komplement till kokt sparris.



MELLANSVENSKA ODLARE

Njut!



Prova

## Sparristocaccia

4 portoner

### INGREDIENSER

Ett stort bröd eller  
ca 20 småbröd  
7,5 dl vatten  
50 gram färsk jäst  
1 msk honung  
2 msk rapsolja  
Ca 12 dl vetemjöl  
2 tsk salt  
1 knippe sparris (200 g)

### GÖR SÅ HÄR

Lös jästen och honungen i vattnet. Tillsätt rapsoljan och ca 10 dl av vetemjölet. Knåda i assistent och håll i ytterligare mjöl. Degen ska vara ganska lös. Blanda i saltet i slutet av knådningen. Låt jäsa i ca 1 timme.

Gör du en focaccia så förbered en plåt med bakplåtspapper samt några matskedar raps eller olivolja. Häll ut degen på plåten och olja fingrarna och dra ut degen försiktigt över hela plåten. Degytan ska bli lite oljig. Lägg på hela färska sparrisar och strö flingsalt över brödet. Låt jäsa i ca 30 min. Grädda i 220 grader. Gör du småbröd håller du ut degen på väl mjölat bakbord. Dofta mjöl över degen. Fös ihop till en lång "limpa", knåda absolut inte den lösa degen, skär med vass kniv eller degskrapa av långa småbröd som försiktigt förs över till en bakplåt med oljat bakplåtspapper. Olja ytan försiktigt med en pensel och lägg på en eller två sparrisar per bröd, strö flingsalt. Jäs och grädda.

Har man brätton kan jästiderna kortas och lyckas man vara försiktig när man håller ut degen på plåten kan sista jäsningsen helt tas bort.

Ett mycket gott bröd som är mycket enkelt att göra och ser snyggt ut. Passar perfekt till soppa, buffé, eller som komplement till kokt sparris.



MELLANSVENSKA ODLARE

Njut!



Prova

## Sparristocaccia

4 portoner

### INGREDIENSER

Ett stort bröd eller  
ca 20 småbröd  
7,5 dl vatten  
50 gram färsk jäst  
1 msk honung  
2 msk rapsolja  
Ca 12 dl vetemjöl  
2 tsk salt  
1 knippe sparris (200 g)

### GÖR SÅ HÄR

Lös jästen och honungen i vattnet. Tillsätt rapsoljan och ca 10 dl av vetemjölet. Knåda i assistent och håll i ytterligare mjöl. Degen ska vara ganska lös. Blanda i saltet i slutet av knådningen. Låt jäsa i ca 1 timme.

Gör du en focaccia så förbered en plåt med bakplåtspapper samt några matskedar raps eller olivolja. Häll ut degen på plåten och olja fingrarna och dra ut degen försiktigt över hela plåten. Degytan ska bli lite oljig. Lägg på hela färska sparrisar och strö flingsalt över brödet. Låt jäsa i ca 30 min. Grädda i 220 grader. Gör du småbröd håller du ut degen på väl mjölat bakbord. Dofta mjöl över degen. Fös ihop till en lång "limpa", knåda absolut inte den lösa degen, skär med vass kniv eller degskrapa av långa småbröd som försiktigt förs över till en bakplåt med oljat bakplåtspapper. Olja ytan försiktigt med en pensel och lägg på en eller två sparrisar per bröd, strö flingsalt. Jäs och grädda.

Har man brätton kan jästiderna kortas och lyckas man vara försiktig när man håller ut degen på plåten kan sista jäsningsen helt tas bort.

Ett mycket gott bröd som är mycket enkelt att göra och ser snyggt ut. Passar perfekt till soppa, buffé, eller som komplement till kokt sparris.



MELLANSVENSKA ODLARE

Njut!



Prova

## Sparristocaccia

4 portoner

### INGREDIENSER

Ett stort bröd eller  
ca 20 småbröd  
7,5 dl vatten  
50 gram färsk jäst  
1 msk honung  
2 msk rapsolja  
Ca 12 dl vetemjöl  
2 tsk salt  
1 knippe sparris (200 g)

### GÖR SÅ HÄR

Lös jästen och honungen i vattnet. Tillsätt rapsoljan och ca 10 dl av vetemjölet. Knåda i assistent och håll i ytterligare mjöl. Degen ska vara ganska lös. Blanda i saltet i slutet av knådningen. Låt jäsa i ca 1 timme.

Gör du en focaccia så förbered en plåt med bakplåtspapper samt några matskedar raps eller olivolja. Häll ut degen på plåten och olja fingrarna och dra ut degen försiktigt över hela plåten. Degytan ska bli lite oljig. Lägg på hela färska sparrisar och strö flingsalt över brödet. Låt jäsa i ca 30 min. Grädda i 220 grader. Gör du småbröd håller du ut degen på väl mjölat bakbord. Dofta mjöl över degen. Fös ihop till en lång "limpa", knåda absolut inte den lösa degen, skär med vass kniv eller degskrapa av långa småbröd som försiktigt förs över till en bakplåt med oljat bakplåtspapper. Olja ytan försiktigt med en pensel och lägg på en eller två sparrisar per bröd, strö flingsalt. Jäs och grädda.

Har man brätton kan jästiderna kortas och lyckas man vara försiktig när man håller ut degen på plåten kan sista jäsningsen helt tas bort.

Ett mycket gott bröd som är mycket enkelt att göra och ser snyggt ut. Passar perfekt till soppa, buffé, eller som komplement till kokt sparris.



MELLANSVENSKA ODLARE

Njut!