



Knekkebrød

Disse hjemmelagde knekkebrødene er 100 % grove på Brødskalaen og fulle av smak og næring – perfekte som et mellommåltid, til frokost eller som tilbehør til suppe. Med grove kornslag og frø som gir både fiber og god metthetsfølelse, er dette et sunt alternativ du enkelt lager selv.

Slik gjør du

- ① Løs buljongen opp i vann. Bland alt det tørre og hell buljongblandingen oppi. Rør godt og la svelle minimum 10 min.
- ② Sett stekeovnen på 150 °C varmluft.
- ③ Fordel røren utover 2 stekebrett kledd med bakepapir. Bruk en slikkepott dyppet i vann for å fordele deigen jevnt utover.
- ④ Stek på varmluft ved 150 °C i 20 min. Ta ut av ovnen, skjær opp i ruter med et pizzahjul og sett tilbake i ovnen. Bytt om på plasseringen av brettene. Stek i ytterligere 40 min. Total steketid 60 min.
- ⑤ Avkjøl på rist. Oppbevar knekkebrødene i en tett boks.

Ingredienser

2 dl	Møllerens Rugmel sammalt grovmalt
2 dl	Norgessmøllene Havrekli
2 dl	Urkraft Havregryn lettkokte
1 dl	solsikkefrø
1 dl	linfrø
1 dl	sesamfrø
1/2 terning	buljong (kjøtt eller grønnsak). Alternativt 1,5 ts salt
5 dl	vann
0,5 dl	nøytral olje (raps-eller solsikkeolje)

Produkter du kan benytte til denne oppskriften



Møllerens
Rugmel
sammalt
grovmalt



Norgesmø
llene
Havrekli



Urkraft
Havregryn
lettkokte