



Morotsbröd på surdeg

Kock: **Michael Hoffman** Tid: **90 min** Portioner: **4**



Ett härligt luftigt morotsbröd med frasig skorpa och mjukt smakrikt inkråm är svårslaget, vare sig det är till frukost, mellanmål eller kvällsmacka.

Att baka med surdeg kräver lite tålamod och en del planering men resultatet är värt allting i slutändan. Jästid tillkommer med ca 12 timmar. Grundrecept på surdeg hittar du längst ner i receptet.



INGREDIENSER

1 kilo ekologiskt vetemjöl
6.5 deciliter vatten, rumstempererat
30 gram havssalt
250 gram aktiv surdeg
3 stycken ekologiska morötter, rivna

GÖR SÅ HÄR

1

Ta 600 gram av mjölet i en bunke och ta i vatten, morötter, salt och surdeg. Rör ihop lätt med en träslev, det gör inget om det inte är helt blandat. Ta i resten av mjölet och rör ihop till en kladdig deg. Täck med duk och låt degen jäsa i rumstemperatur i 90 minuter.

2

Ta upp degen på mjölat bord och vik ihop den ett par gånger. Knåda upp degen ordentligt så att du bygger upp en spänning (elasticitet) i degen. Lägg duken i en avlång jäskorg (eller bunke om du inte har en korg), mjöla lite och lägg ner degen med undersidan uppåt. Vik över duken och sätt bunken i en plastlåda med lock på (det blir för kallt för degen att stå rakt uppochnar, därav plastlådan. Sätt in i kylan och låt jäsa i minst 12 timmar, gärna längre.

3

Sätt ugnen på 250 grader och ställ in en form med vatten i botten på ugnen, då får du vattenånga när du bakar av som gör skorpan extra krispig. Stjälp upp degen på plåt med bakpapper och gör några snitt (hjälp brödet att expandera i ugnen och ger en bra skorpa). Baka av i 45-60 minuter, sänk värmen till 225 grader efter ungefär halva tiden. Om man känner sig osäker på om brödet är färdigt eller inte kan man sticka en termometer i brödet, när innertemperaturen är runt 96 grader är brödet färdigt. Ta ut och låt svalna innan du skär i brödet, annars tappar det både smak och vätska och blir då torrt, lite som köttet som ska vila efter stekning.

4

Surdegsgrund vete? Dag 1 0.5 dl vetemjöl 0.5 dl vatten 40 grader? Blanda väl i en vid bunke och täck över med en handduk. Låt stå i rumstemperatur i 3 dygn. Rör om väl varje dag. ? Dag 4 Tillsätt 500 gram vetemjöl och 5 dl vatten (40 grader). Blanda väl och låt stå övertäckt 1 dygn. ? Dag 5 Dags att baka, förvara det du inte använder i en glasburk med tätslutande lock. Innan du bakar med surdegen är det viktigt att den är aktiv och bubblande och inte för sur, den ska vara lätt och fräsch om du smakar på den, bara en lätt syra. Ta fram surdegen ca 1 1?2 timme innan baket. Mata den med lite nytt mjöl och vatten och låt den jäsa på sig någon timme så den bubblar upp ordentligt. När du öppnar burken ska det pysa till och surdegen ska bubbla, då är den riktigt aktiv.