BAKA

Glutenfria hamburgerbröd

Kock: **Ylva Lindgren** Tid: **120 min** Portioner: **10**

120

Glutenfria grova hamburgerbröd bakade på rismjöl, bovete och durramjöl. Durramjöl är ett smakrikt naturligt glutenfritt sädesslag som ursprungligen kommer från Afrika. Du hittar det i välsorterade livsmedelsbutiker, men det går också att beställa via nätet. Har du svårt att få tag på durramjöl går det bra att i detta recept byta ut det mot samma mängd bovetemjöl.

Låt hamburgerbröden svalna ordentligt innan du skär i dem. De bakas med fördel dagen före de ska serveras, förvara dem inlindade i bakduk. Bröden passar även som tekakor, platta då till dem lite extra efter första jäsningen.

INGREDIENSER

10 gram jäst
5 dl kallt vatten
0.5 dl rapsolja
2 st ägg, uppvispade
2 msk honung
4 dl rismjöl
2 dl durramjöl

2 dl bovetemjöl
0.5 dl psylliumfröskal
2 tsk bakpulver
1 tsk salt
Till pensling
1 st ägg
1 skvätt vatten
0.75 dl sesamfrön

GÖR SÅ HÄR

1. Mät upp vattnet i en bunke och rör ut jästen däri. Tillsätt olja, de uppvispade äggen och honungen. Blanda väl.
2. Mät upp de torra ingredienserna i en bunke och blanda noggrant. Tillsätt till vätskan och rör ihop alltsammans under kraftig omrörning. Plasta bunken och låt degen vila 1 timme.
3. Stjälp upp degen på lätt mjölat bakbord. Dela i 10 bitar och forma med oljade händer till hamburgerbröd. Placera på bakplåtspappersklädd plåt och täck med plastfolie. Låt jäsa ytterligare 1 timme.
4. Sätt ugnen på 225 grader.
5. Vispa upp ett ägg med en liten skvätt vatten. Pensla bröden försiktigt och strö över sesamfrön.
6. Grädda mitt i ugnen 10-15 minuter. Låt svalna under bakduk.