



 4 PORTIONER

 4 DAGES HOLDBARHED

 10 - 20 MIN. TILBEREDNING

Bagekasse



BAGE

3 slags bake-off brød&boller

Det skal du bruge

- 1 stk rugbrød
- 1 stk groft brød
- 1 stk ølandsbrød
- 2 stk 5-kornsbolle
- 2 stk grov bolle

Fremgangsmåde

- 1 RUGBRØD** Traditionel rugbrød med rugkerner, hørfrø og solsikkekerner - tilsat kartofler og gulerødder for at give en lækker svampet konsistens. Opbevar brødet på køl og bag det optøede brød ved 180 grader varmluft 20 minutter.
- 2 GROFT BRØD MED KERNER** Lantidshævet brød lavet på kærnemælk og med rugkerner. Toppet med solsikkekerner, hørfrø og sesam. Lad det hvile min. 10 minutter inden du skærer det. Opbevar brødet på køl og bag det optøede brød ved 180 grader varmluft ca. 15 minutter. Lad det hvile min. 10 minutter inden du skærer det.
- 3 ØLANDSHVEDE:** Koldhævet brød lavet på ølandshvede med økologisk øl og kærnemælk. Opbevar brødet på køl og bag det optøede brød ved 180 grader varmluft ca. 15 minutter.
- 4 5-KORNS BOLLE:** Koldhævet bolle lavet på økologisk øl og kærnemælk med hørfrø, græskarkerner, rug og solsikkekerner. Opbevar brødet på køl og bag det optøede brød ved 180 grader varmluft 8-9 minutter.
- 5 GROV MORGENBOLLE:** Langtidshævet morgenbolle lavet på kærnemælk med rugkerner, hørfrø og solsikkekerner. Opbevar brødet på køl og bag det optøede brød ved 180 grader varmluft 8-9 minutter.

Næringsværdier



Energi pr. portion: 4.084 kj / 976 kcal

Indhold

Pr. portion

Fedt	18,6 g
heraf mættede fedtsyrer	2,7 g
Kulhydrat	168,3 g
heraf sukkerarter	7,3 g
Protein	34,0 g
Salt	5,5 g
Kostfibre	22,7 g

Allergener



Æg, Gluten, Jordnødder, Mælk, Nødder,
Sesamfrø, Soja



Vidste du at..

Vi altid skriver antal holdbarhedsdage inkl. leveringsdagen på hver opskrift. På den måde kan du planlægge, i hvilken rækkefølge retterne bør spises.

Du kan bruge anbefal-linket på dine sider, så både du og dine venner kan få en god deal.

Vi også har en app, som hedder 'RetNemt'. I app'en kan du nemt og hurtigt ændre din bestilling og valg af retter.