KLIMAKOKKENE

BRØD MED SPEILEGG, OVNSBAKTE POTETER OG SALAT

7A, KULSTAD SKOLE

INGREDIENSER:

Beregnet til 4 porsjoner

2	ts	Salt
3	dl	Vann
800	g	Potet
0.5	ss	Gjær
1	stk	Brød
50	g	Smør
100	g	Hvetemel
4	stk	Egg
25	g	Idun Mors Hjemmebakte - fersk gjær original
400	g	Sammalt hvetemel, fin
1	stk	Isbergsalat
2	ts	Timian
4	ts	Fersk gressløk
3	ss	Solsikkeolje

SLIK GJØR DU:

1 Brød med speilegg, ovnsbakte poteter og salat

Utslipp: 0.085 kg CO2
4 posjoner

Ingredienser:

-25 g Idun Mors hjemmebakte - Fersk gjær original
-50 g romtemperert smør i terninger
-800 g potet (lokalt)
-3 ss solsikkeolje
-2 ts timian
-400 g sammalt hvetemel, fin
-100 g hvetemel
-0.5 ss Idun Mors hjemmebakte - Ferskere bakst
-2 ts salt
-4 Ts fersk gressløk (lokal)
-1 stk isbergsalat
-4 Egg (Økologisk)
-1 hjemmelaget brød
-3 dl lunket vann

Slik gjør du:

1) Vask potetene godt og del i båter. Legg dem i en bolle og ha olje i bollen.
2) Dryss over salt, urter og paprikapulver. Bland godt.
3) Ha potetbåtene over i en langpanne dekt med bakepapir.
4) Stek potetene på 225 °C i 20-30 minutter. Bruk en spiss kniv for å se om potetene er møre. Bruk gjerne varmluft de siste 5 minuttene. Da får potetene en sprø og gyllen skorpe.
https://www.matprat.no/oppskrifter/gjester/ovnsstekte-potetbater/

1) Ha alle ingredienser i en bakebolle sammen med smuldret gjær og romtemperert smør. Elt deigen sammen med eltekrok på lav/middels hastighet i ca. 10 - 15 minutter til deigen er smidig og slipper bunnen av bakebollen. Dekk til bakebollen med plast og la deigen forheve i ca. 45 minutter.
2) Form deigen til et brød og legg i en brødform (1, 5 liter). Dekk til og etterhev brødet i ca. 60 - 90 minutter eller til det er dobbelt så stort. Forvarm i mellomtiden ovnen til 210 grader med vanlig over- og undervarme.
3) Pensle brødet med vann og stek det på midterste rille i ca. 40 - 45 minutter. Ta brødet ut av formen og avkjøl på en bakerist etter steking.

https://www.morshjemmebakte.no/recipes/ekstra-grovt-brod/

Fremgangsmåte for hele retten:

- Sett stekeovnen på 210 grader.
- Lag brøddeigen. Vi måtte bruke varmbad for å hurtigheve deigen.
- Gjør klar potetene til steking. Vi tok olje og krydder i brødpose også la vi potetbåtene i brødposen og blandet, etter det penslet vi en ildfast form og så la vi potetene oppi.
- Bak ut brødet og sett det til steking, viktig at brødet kommer til steking først da det tar lengst tid. Vi stekte brødet i ca. 35 ? 40 min.
- Vi skyllet salaten i vann og rev ut fine salatblad. Så tørket vi salaten med håndkle/papir slik at vannet detter av og da blir det friskere.
- Så setter du potetene i stekeovnen i ca. 20 - 25 min
- Også begynte vi å steke eggene, vi stekte eggene på begge sider da vi syntes det var finest og best.
- Når brødet er ferdig skjærer du det opp i skiver og legger salat og egg pent på brødskivene også legger du potetene pent ved siden av.
- Etter det krydret vi egget og drysset fersk gressløk over maten.
- Da er retten klar til servering.

Ferdig produkt: