

Rågrutor med rotfrukter

1 stor palsternacka, ca 150 g
2 stora morötter, ca 250 g
50 g jäst
5 dl vatten, 37°
 $\frac{1}{2}$ dl rapsolja
 $\frac{1}{2}$ dl honung
1 msk salt
2 dl solrosfrön
3 dl grovt rågmjöl (165g)
ca 11 dl vetemjöl special (660 g)

Pensling: ägg **Garnering:** $\frac{1}{2}$ dl solrosfrön
 $\frac{1}{2}$ dl pumpakärnor

1. Skala och grov riv rotfrukterna.
2. Blanda samtliga ingredienser, utom vetemjölet, direkt i degskålen.
3. Blanda väl och tillsätt vetemjölet efter hand. Degen skall vara ganska lös.
4. Arbeta degen kraftigt i hushållsmaskinen.
5. Låt degen jäsa 30 - 40 min. Sätt ugnen på 200°.
6. Tryck ut degen med lätt mjölad hand i en bakpappersklädd långpanna. Skär degen i 24 rutor med degskrapa eller kniv.
7. Pensla med uppvispat ägg och strö över solrosfrön och pumpakärnor.
8. Grädda brödet i mitten av ugnen av 25 - 30 min.
9. Låt brödet svalna i långpannan ca 5 min. Stjälp därefter upp det på galler och vänd så att oversidan kommer uppåt.