

*Æltefrit grydebrød:*

500 g hvedemel

100 g fuldkorns ølandshvede

12 g salt

30 g hvedesur

6 g bageenzym

7 g gær

500 ml kondt vand

Røres sammen så alt men er vådt. Står i køleskab til dagen efter.

Tages ud, foldes 3 gange og henstår 3 timer på køkkenbordet.

Gryden med låg opvarmes til 250 grader (tager måske 45 min.). Dejen hældes i og bages med låg 30 min. Efter de 30 min tages låget af, og temperaturen sænkes til 225 grader. Efter 15 min tages brødet ud af ovnen.