

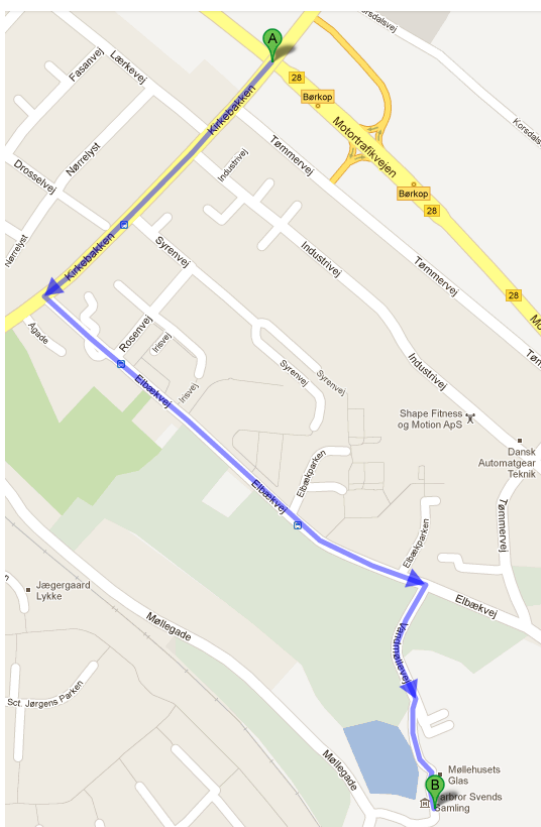
Børkop Vandmølles Venner

Foreningen Børkop Vandmølles Venner blev stiftet 25/9 1989.

Vi varetager fremvisningen af mølleriet og Farbror Svends Samling ved en frivillig indsats af foreningens medlemmer. Desuden er foreningen medarrangør af forskellige aktiviteter på Børkop Vandmølles område.

Foreningen har i 2016 nedsat et Mølleudvalg, hvis primære opgave er at holde den gamle fredede Mølle, som kan spores helt tilbage til 1546, kørende iht. Fredningsdeklarationen.

Udvalget består af 7 aktive møllersvende fra foreningen.



Find vej:

GPS koordinat:

N55° 38' 20.08" E9° 39' 41.34"

Børkop Mølle

Vandmøllevej 4A

DK-7080 Børkop

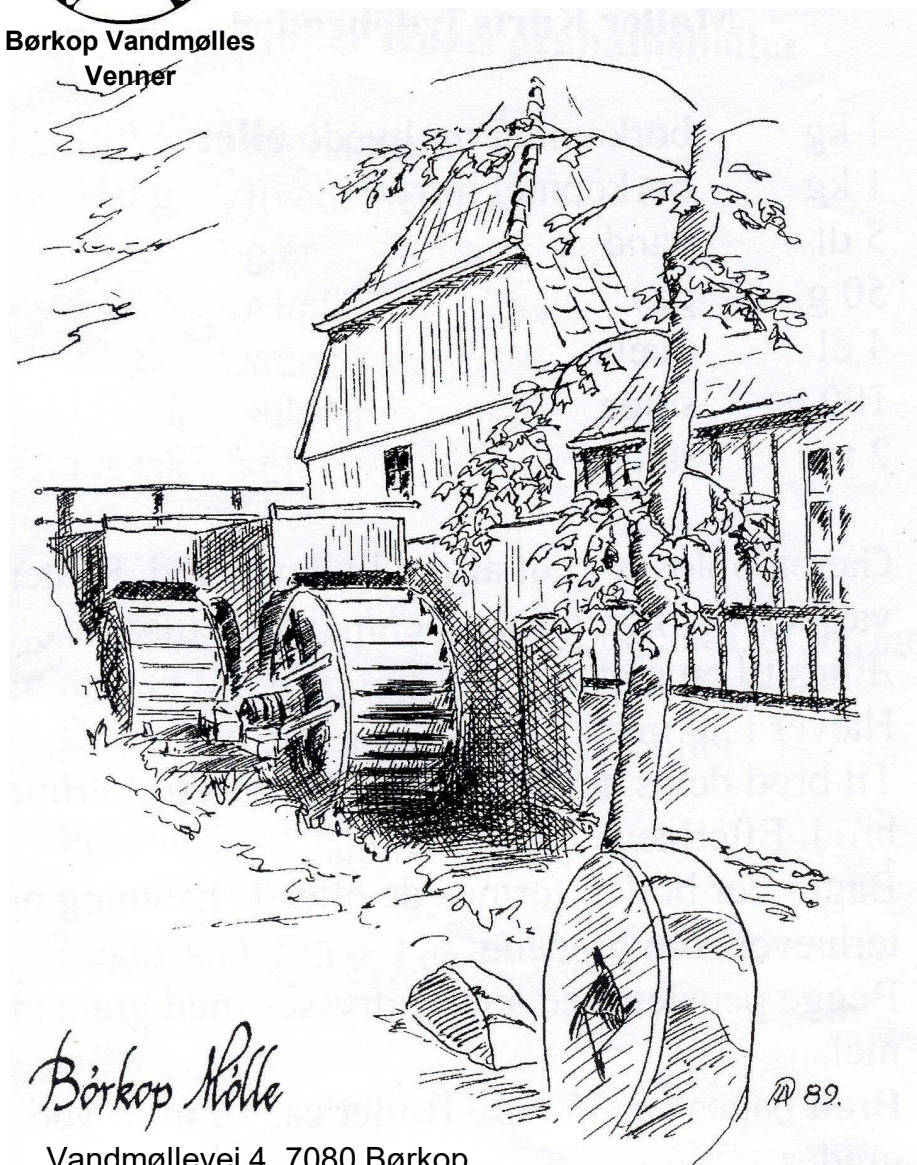


JNJ 2021-03-26



**Børkop Vandmølles
Venner**

Opskrifter



Indhold:

Side 1	Forside	
Side 2	Indholdsfortegnelse	
Side 3	Oversigt over mel	Fremstilling af surdej . Tip om surdej og gærdej.
Side 4	Rugbrød på surdejsbasis.	
Side 5	Rugkonvolutter.	Rustikke flutes.
Side 6	Ciabattabrød.	Valnøddeboller (20 stykker).
Side 7	Grovboller med nødder og æbler.	10 Små spændende brød.
Side 8	Carmelitas gærbrød.	Bryde - 4 - brød (6 stk.)
Side 9	Fennikelbrød.	Råd om fedtreduktion.
Side 10	Rugmelsflute (4 stk).	Peters basser, ca. 16 stk.
Side 11	Fuldkornssigtebrød 1 stk.	Hurtige morgenboller 9 - 12 stk. Tip om rug, hvedekerner og byggryn.
Side 12	Burgerboller, 16 stk.	Rugklappere, 9 stk. Gulerodsboller.
Side 13	Trekornsbrød.	Timianboller, ca. 20 stk. Rugkiks.
Side 14	Jyttes mini rugbrød, ca. 45 stk.	Børkop Mølles grovbrød. Ruggrød.
Side 15	Ungarsk landbrød, 2 stk.	Grove Ciabattaflutes, 3 stk. Majas pebernødder.
Side 16.	Viggos møllesødsuppe.	Viggos bygklatter
Side 17	Bygmelspandekager.	Møllerens sødsuppe.
Side 18	Ballumer knepkager.	Hvad kan man bruge perlebyg til ?
Side 19	Panering med rugmel.	Hvordan laver man surdej ?
Side 20	Om Børkop Vandmølles Venner.	

Panering med rugmel.

Rugmel giver en rigtig god skorpe på stegte fisk. Hvis man folder silden sammen fra hale til hoved, i stedet for på langs, er den meget lettere at håndtere.

Hvis man kommer lidt fyld i silden med syre i - citronsaft og pur-løg - bliver eventuelle ben bløde, hvilket er godt for dem, der er bange for ben i fisk.

Hvordan laver man surdej ? (Se også side 3 & 4).

Det er så enkelt at lave og det er altid frisk. Man skal bare begynde nogle dage før, man skal bage rugbrødet. Man rører ca. 2 dl rugmel ud med vand, så det bliver som havregrød i tykkelsen, og tilsætter 5 - 10 g gær. Det skal stå lunt - (på køkkenbordet) til det gærer op - altså bliver sur. Det kan ses ved, at der kommer gulorange skum på overfladen. Så laver man brødet med rugmel og lidt salt. Hvis man kommer lidt hvedemel i, bliver brødet mindre tungt og tæt, fordi der er mere gluten i hvede end i rug. Lad det endelig hæve længe nok, før det bages.

Ballumer knepkager.

5 dl fløde, 250 g sigtemel, 250 g bygmel, 750 g rugmel, 75 g sukker, 250 g smør, 375 g fedt.

Fløde, smør og fedt varmes. Hældes over mel og sukker, røres godt, afkøles lidt.

Rulles tyndt ud i en stor flade. Skæres i aflange firkanter ca. 6 x 10 cm.

Pensles med æg og bages ca. 10 min. ved 200 grader.

Når kagerne er bagt, smøres de med varm sirup, mens de endnu er varme.

Hvad kan man bruge perlebyg til ?

Perlebyg er en strålende erstatning for ris og har mere smag og mætter mere.

Man kan koge grød som man laver risengrød, og derfor kan man også lave "bygalamande", som en fin variation på risalamande.

Bare kogt kan det bruges, som man bruger løse ris. F.eks. i salater.

Lægger man dem i blød natten over, kan man riste dem på panden og bruge dem, som man ville bruge brødcroutoner.

Der produceres følgende melsorter, som alle kan købes på Børkop Mølle:

Valsede hvedekerner,
Hvedemel,
Hvedeklid,
Grahamsmel,
Hvedemel fuldkorn,
Sigtemel, (hvede eller rug),
Valsede rugkerner,
Rugmel,
Rugmel - groft,
Paneringsmel,
Perlebyg,
Byggryn fin,
Byggryn mellem,
Bygmel,
Bygflager.

Fremstilling af surdej: (Se også side 19).

2 dl vand ca. 40 grader,
1 dl surmælk f.eks. yoghurt,
2 dl rugmel,
½ tsk groft salt
2 g gær.

Stå lunt i 3-4 dage.

Husk at tage en ny portion surdej fra til næste gang - drysset med groft salt, kan det holde sig flere måneder i køleskab.

Husk at gærdej med groft mel ikke skal æltes for fast, da dette under hævnningen opsuger mere væske end alm. hvedemel. Hold lidt igen med det grove mel og ælt evt. mere hvedemel i, når dejen har hævet 1. gang.

Rugbrød på surdejsbasis

2 l vand (håndvarmt),
4 barneskefuld salt,
100 g solsikkefrø (kan udelades),
600 g vasede hvedekerner,
600 g vasede rugkerner,
400 g rugmel,
200 g grahamsmel,
100 g hørfrø (kan udelades),
Surdej (gemt fra sidste gang) evt. se side 3.

Alt røres og stilles tildækket 12 - 24 timer.

Når der er godt gang i gæringen røres følgende i:

6 dl vand (håndvarmt),
1,2 kg rugmel.

Dejen kommes i 3 velsmurte 2 l forme (smøres med margarine).
Overfladen prikkes med en gaffel og pensles med smeltet margarine.

Efterhæver til dejen er ca. 1 cm fra formens kant (ca. 3 timer).

Formene sættes i en kold ovn.

Bages ved 200 grader i 1 time og 40 min.

Tages straks ud af ovnen.

Bygmelspandekager.

10 g gær, 3 dl lunken mælk, 250 g bygmel, 2 æg,
½ spsk puddersukker, 1/4 tsk stødt kanel.

Rør gæren ud i mælken. Pisk de 2 æg godt sammen. Kom bygmel, æg, puddersukker og stødt kanel over i skålen med mælken. Rør det hele godt sammen og stil dejen til hævnings et lunt sted i 2 timer.

Bag pandekagerne på en varm pande i svinefedt.

Pandekagerne kan spises med sirup eller æbleflæsk.

Møllerens sødsuppe.

Pr. liter sødsuppe beregnes:

1 l vand,
50 g byggryn (mellem eller fine),
150 g skrællede æbler,
100 g svesker (uden sten),
2 dl sød bl. saft,
1 dl rødvin (ca. efter smag),
evt. sukker efter smag.

Fremgangsmåde:

Vandet, saften og grynene bringes i kog og koger ca. 45 min.
(Til de er møre, men med bid i).

Æbler og svesker koger med de sidste 3 - 5 min. (Æblerne må ikke koge ud).

Suppen smages til med rødvin og evt. sukker.

Ved længere tids opvarmning tykner suppen, og der kan tilsættes mere vand.

Viggos møllesødsuppe.

100 g grove byggryn,
3/4 l vand,
1/2 l blandet saft.

Koges til let jævning (ca. 45 min.) under jævnlig omrøring.

1/2 fl rødvin, 1/2 kg æbler (skrællede og i både), 1/2 pose svesker,
evt. lidt sukker.

Hvis sødsuppen skal bruges straks, koges svesker med de sidste 10 min. og æbler de sidste 5 min.

Rødvin røres i til sidst.

Hvis sødsuppen kan stå til dagen efter, kommes rødvin og svesker i lige efter kogning. Æblebådene lægges øverst i gryden (ikke omrøre) og det hele trækker til næste dag, hvor det lige varmes op uden for meget omrøring. Æblerne må ikke koge ud.

Viggos Bygklatter.

BYGGRØD:

(Mængden passer til 1 stk. flad 18 x 28 cm aluminiumsform)

1 l mælk
3 dl (180 g) byggryn mellemfin
1 tsk salt

Bring mælken i kog.

Drys grynene i under omrøring. Tilsæt salt.

Kog grøden ved svag varme i 20 - 30 min.

Rør af og til i den.

Grøden hældes i flade (18 x 28 cm) aluminiumsforme og stilles på køl til næste dag.

Der skæres små stykker ud, som steges på en smurt varm pande.

Rugkonvolutter ca. 20 stk.

25 g gær, 1 tsk salt, 1 spsk olie,
4 dl væske, f.eks. 2 dl lunken vand og 2 dl surmælk,
1/2 dl reven æble, 1/2 dl reven gulerødder,
2 spsk akaciehonning,
120 g rugmel, 450 g hvedemel.

Gæren opløses i lunken vand. Resten kommes i. Det hele æltes sammen og hæver ca. 1/2 time.

Formes til konvolutter og hæver igen 30 min.

Bages ca. 20 min. ved 200 grader.

Rustikke flutes. (6 stk. eller 18 - 20 boller).

50 g gær, 6 dl vand, 1 spsk salt (evt. mindre),
1 spsk olie, 2 - 3 spsk surmælksprodukt,
150 g rugmel,
ca. 550 g hvedemel.

Udrør gæren i vand og tilsæt salt, olie, surmælk og rugmel, lad det trække i 10 min.

Rør hvedemel i lidt ad gangen, til dejen kan æltes på bordet.

Den skal være smidig. Stilles til hævnning i 45 min.

Slå dejen ned og form til flutes eller boller

Efterhæver i 20 min.

Bages:

Flutes 20 - 25 min., boller 15 - 18 min. ved 200 grader.

Ciabattebrød (hurtig morgenbrød).

5 dl vand, 1 dl skummetmælk, 10 g gær,
1½ spsk groft salt - evt. mindre, 1 spsk honning,
ca. 225 g grahamsmel,
500 g hvedemel.

Hæld vand og mælk i en skål og opløs gæren heri. Tilsæt salt og honning.

Rør først grahamsmel og dernæst hvedemel i dejen. Rør det til en sammenhængende, klistret dej, som har en grødagtig konsistens. Ikke bruge fingrene, kun en stor grydeske og fingerkraft.

Dæk skålen med film og stil den koldt i 12 - 24 timer. Ovnen tændes på 225 grader. Drys mel på en bageplade beklædt med bagepapir.

Vælt dejen ud på bagepladen, ikke ælte. Drys brødet med mel og bag i ca. ½ time.

Valnøddeboller (20 stykker).

30 g gær, ½ dl vand, 1 tsk salt, 1 spsk olie,
50 g valnødder,
Ca. 500 g hvedemel,
150 g rugsigtemel.

Rør gæren ud i lunken vand. Kom salt, sukker, olie og nødder i. Ælt dejen glat med mel og form 20 små boller, der stilles på bageplade på bagepapir. Hæver ca. 30 - 40 min.

Pensles med mælk, vand eller kaffe og bages ved 200 grader i 15 - 20 min.

Jyttes mini rugbrød ca. 45 stk.

50 g gær, 7 dl kærnemælk eller andet surmælksprodukt, 4 spsk honning, 3 spsk salt, 100 g mellemfine byggryn, 250 g rugsigtemel, 400 g hvedemel, 300 g rugmel, 300 g reven gulerod, 300 g hørfrø.

Gæren opløses i surmælken. Honning, salt, gulerod, hørfrø (kan udelades), rugsigtemel, bygmel, rugmel og det meste hvedemel tilsættes, og dejen æltes blank og smidig. Hæver 25 min. Æltes godt igennem og trilles til stænger ca. 25 cm. Stængerne sættes på en plade, og de deles med en kniv i passende stykker, som flyttes lidt fra hinanden. Efterhæver ca. 30 min.

Bages ca. 35 min. ved 185 grader.

Børkop Mølles grovbrød.

25 g gær, ½ spsk sukker, 1 l lunken vand, ½ spsk salt, 1½ spsk olivenolie, 1 dl knækkede hvedekerner, 1 dl havregryn, 1 spsk hvedeklid, 3½ dl rugmel (ca. 150 g), hvedemel (ca. 500 g), æg og mælk til pensling.

Rør gær ud med sukker og tilsæt vandet. Tilsæt resten, undtagen hvedemelet, som tilsættes lidt ad gangen, til dejen er bekvem. Ælt godt igennem. Hæver i ca. 45 min. Ælt igennem igen og læg på bagepapir på bageplade til hævnning i 30 - 40 min. Bag i ca. 45 min. ved 200 grader. Efter 30 min. pensles med æg, pisket med mælk eller mælk alene.
(Formes dejen til boller, er bagetiden ca. 25 min.).

Ruggrød.

2 dl valset rug,
1 dl vand,
lidt salt.
Koges 3 minutter

Ungarsk landbrød, 2 stk.

25 g margarine, eller 1/4 dl olie/oliemargarine, ½ l vand, 50 g gær, 2 tsk salt, 400 g rugsigtemel, ca. 400 g hvedemel.

Margarinen smeltes og hældes i en skål, vandet tilsættes. Når væsken er lillefingervarm, røres gæren i. Salt, rugsigtemel og det meste hvedemel tilsættes, og dejen æltes igennem, til den er smidig. Hæver ca. 1 time. Dejen formes til 2 brød og efterhæver ½ time.

Bages ca. 45 min. ved 225 grader.

Grove Ciabattaflutes 3 stk.

5 dl lunken vand, 1 dl lun skummetmælk, 25 g gær, 1 tsk salt, 1 spsk honning, 150 g mellemfine byggryn, 150 g grahamsmel, 400 g hvedemel.

Hæld vand og mælk i fad og opløs gæren heri. Tilsæt salt og honning. Rør alle 3 melsorter i, hold lidt hvedemel tilbage. Dejen skal have en grødagtig konsistens. Hæver ½ time. Hæld dejen ud på bageplade og skær den ud i 3 flutes. Drys med lidt mel og bag dem ca. 20 min. ved 250 grader. Afkøles på rist.

Majas pebernødder. (En gammel opskrift).

500 g hvedemel, 1 kg bygmel, 500 g sukker, 500 g margarine, 2½ dl mørk hvidtøl, 1 tsk hjortetaksalt, 1 tsk kanel, 1 knivspids peber. (Fordeling mellem byg og hvedemel efter smag og behag).

Øl og margarine koges. Bygmel m.m. blandes på bordet, heri laves et "hul", hvor det kogende øl og margarine hældes i, hold lidt mel tilbage. Dejen æltes inkl. det sidste mel og rulles ud i 1 cm's tykkelse og stilles på en kold plade i 1 - 2 timer. Skæres derefter i firkanter og bages ca. 5 - 7 min. ved 200 grader. Derefter fordeles de på pladen og bages yderligere til de er lysebrune og færdige.

Grovboller med nødder og æbler (20 stk.).

25 g gær, 1½ dl lunken vand, 1 dl yoghurt naturel eller anden surmælksprodukt, 50 g smør, (kan udelades eller erstattes af 2 spsk oliemargarine), 1 tsk salt, 1 stort æble, 200 g grofthakkede nødder, 1 dl grahamsmel, ca. 5½ dl hvedemel.

Rør gæren ud i lunken vand. Tilsæt yoghurt, blødt smør, salt, hakkede nødder, groftrevet æble, grahamsmel og så meget hvedemel dejen kan tage for at æltes blank og fin. Lad den hæve tildækket til den er ca. dobbelt så stor. Slå dejen ned og form den til boller. Sættes på plade og efterhæver ca. 20 min. til de er lette.

Bages ved 200 grader i ca. 12 - 15 min.

Forslag til tilsætninger:

Groft revne gulerødder, reven squash, mosedede kogte kolde kartofler er et godt supplement i dejen. Brødet holder sig frisk længere.

Valsede/knækkede hvede- eller rugkerner (ca. 125 g) koges i ca. 5 min., står og trækker til de er lunkne.

Solsikkekerner, hørfrø, sesamfrø anvendes i begrænsede mængder ind i mellem.

10 små spændende brød.

3 dl skummetmælk, 25 g gær, 1 tsk salt, 2 spsk olie, 1 dl klid, 3 spsk valsede rugkerner, 50 g rugmel, 250 - 275 g hvedemel.

Gæren røres ud i den lunkne mælk sammen med olie og salt. Klid og rugkerner blandes med de 2 slags mel, men kom ikke alt mel i med det samme. Dejen æltes godt. Blød og smidig skal den være, inden den sættes til hævnning et lunt sted ca. 40 min. Æltes om og trilles til en tyk pølse, der skæres i 10 skiver. Lægges på en smurt plade. Hæver ca. 30 min. Bages ved 240 grader i ca. 8 - 10 min.

Carmelitas gærbrød.

- hurtig brød, skal ikke hæve.

50 g gær, 4 dl lunken skummetmælk,
9 dl hvedemel, 1 dl havregryn, 1 dl rug- eller rugsigtemel,
1 tsk salt, 1 spsk sukker, evt. 1 tsk anis,
Evt. en smule mere væske (mælk eller vand).

Udblød gæren i en smule lunken vand og tilsæt den lune mælk sammen med de øvrige ingredienser (hold lidt mel tilbage).

Ælt dejen sammen, form til et brød og sæt det på plade med bagepapir i en kold ovn.

Bages ved 200 grader i ca. 35 min., til det er gyldent og lyder hult, når man banker på bunden.

Bryde – 4 – brød, 6 stk.

25 g gær, 4 dl lunken vand, 15 g smeltet margarine eller
2 spsk oliemargarine, 1½ dl cultura eller fromage frais,
1½ tsk salt, 80 g rugmel, 50 g grahamsmel, 50 g klid,
ca. 350 g hvedemel.

Gæren røres ud i vandet.

Margarine, cultura, grahamsmel/klid og salt tilsættes, og dejen røres godt, trækker 5 min. Hvedemelet tilsættes, og dejen æltes igennem, til den er smidig. Stilles lunt til hævnning 45 min. - 1 time. Dejen slås ned og formes til 6 flade boller.

Hver bolle ridses ret dybt til 4 kvarte (ikke helt igennem) før sidste hævnning på ca. 30 min. Pensles med æggeghvide og drysses med sesamfrø.

Bages 20 - 25 min. ved 200 grader.

Trekornsbrød.

100 g hele byggryn, 100 g valsede hvedekerner, 100 g rugsigtemel, ½ l vand.

Dette koges sammen ca. 5 min. og afkøles til lillefingervarmt. Derudover bruges: 50 g gær, 2 tsk salt, 2 spsk olie, ca. 450 g hvedemel.

Gæren smuldres i kerneblandingen, og resten af ingredienserne iblandes, hold lidt mel tilbage. Æltes til den er smidig. Forhæver 1 time. Formes til et brød, efterhæver ca. ½ time.

Bages ca. 50 min. ved 200 grader.

Timianboller ca. 20 stk.

50 g gær, 5 dl mælk, 1 spsk olie, 1½ tsk salt, 1 tsk sukker, 1 spsk timianblade eller 1 tsk tørret timian, 400 g rugsigtemel, 300 g hvedemel.

Opløs gæren i lunken mælk, tilsæt timian, olie, sukker og salt, rugsigtemel og det meste af hvedemelet. Æltes til en smidig dej. Hæver ca. 1 time. Æltes let og deles til 20 stk., som formes til ovale glatte boller. Efterhæver 1 time og bages ca. 15 min. ved 200 grader.

Rugkiks.

3 dl valset rug, 3½ dl hvedemel, 2 spsk sukker, ½ tsk salt, 1 tsk bagepulver, 100 g smør, 1 dl mælk.

Bland alle tørre ingredienser i en skål. Findel smørret i blandingen. Tilsæt mælken og bearbejd blandingen til en smidig dej. Lad det hvile koldt en stund. Rul dejen ganske tynd ud og stans kiksene ud med et glas eller kagespore.

Bages ca. 8 min. ved 200 grader.

Burgerboller 16 stk.

50 g gær, 4½ dl lunken vand, 60 g klid, 60 g bygmel (Evt. gra-hamsmel), ca. 400 g hvedemel.

Rør gær ud i vandet. Øvrige ingredienser tilsættes (hold lidt hve-demel tilbage). Formes til burgerboller og pensles med kaffe.

Stilles til hævnning i ovn ved 50 grader i ca. 15 min.

Bages 15 - 18 min. ved 200 grader.

Rugklappere 9 stk.

3 dl vand, 1 dl kærnemælk, 25 g gær, 1 spsk salt, 1 spsk hon-ning, 150 g groft rugmel, 100 g rugsigtemel, 50 g klid, ca. 250 g hvedemel.

Hæld vand og kærnemælk i en skål og opløs gæren. Tilsæt salt, honning og rør grovmelene i væsken. Ælt derpå hvedemelet i lidt ad gangen til dejen er sammenhængende. Hæver lunt ca. 1 time. Slås ned og udrulles på bordet til ca. ½ cm tykkelse. Skær dejen i 9 firkanter. Læg dejen på bageplade. Efterhæver ca. ½ time. Pensl med vand, drys med lidt rugmel og bag dem ca. 20 min. ved 200 grader.

Gulerodsboller.

125 g valsede hvedekerner, 1 dl surmælksprodukt, 1 dl vand, 50 g gær, 4 dl lunken vand, 1 spsk olie, 1 tsk salt, ½ dl hørfrø (kan udelades), 150 g revne gulerødder, 100 g grahamsmel, ca. 400 g hvedemel.

Hvedekerner, surmælk og vand blandes og trækker ca. 1 døgn. Gæren udrøres i lunken vand, hvorefter alle ingredienser blan-des, og dejen æltes godt. Hæver ca. 45 min., slås ned og for-mes til boller, som efterhæver i ca. 30 min.

Bages 15 - 20 min. ved 200 grader.

Fennikelbrød.

300 g rugsigtemel, 200 g hvedemel, 2,5 dl lunken vand, 50 g gær, 1 dl ylette (stuetemperatur), 75 g blødt smør (eller ½ dl oliemargarine), 1 æg, evt. kun æggeghvide, 2 tsk småskårne fennikelfrø, evt. stødt fennikel, 2 tsk salt,

(Bruges der kun ½ dl oliemargarine og kun æggeghvide, så brug 1½ dl ylette (Eller anden surmælksprodukt)).

Gæren udrøres i det lunkne vand.

Ylette, blødt smør (eller oliemargarine), fennikel og salt tilsættes i nævnte rækkefølge. Rugsigtemel og det meste af hvedemelet tilsæt-tes, og dejen samles, æltes færdig på bordet med så meget mel, at dejen bliver smidig og let uden at blive tør.

Stilles til hævnning ca. 1 time. Slås ned og formes til 2 runde brød, som evt. lægges i en springform på ca. 20 - 25 cm.

Efterhæver 45 min.

Pensles med æggeghvide/vand eller kaffe og bages 40 - 45 min. ved 200 grader.

Margarine i gærdej og piskede deje kan ofte halveres eller gøres mindre fede, mod at der tilsættes surmælksprodukt som erstat-ning.

Eks. 200 g margarine halveres til 100 g margarine (evt. til 1 dl oliemargarine), og der tilsættes 1 dl surmælksprodukt.

Eks. 200 g margarine halveres til 50 g margarine (evt. til ½ dl olie-margarine), og der tilsættes 1½ dl surmælksprodukt.

Rugmelsflutes (4 stk.)

120 g (ca. 2 dl) valsede rugkerner, 2 dl vand, 50 g smør, 4 dl mælk, 2 dl tykmælk, 40 g gær, 2 tsk groft salt, 2 tsk sukker, 250 g rugmel, ca. 650 g hvedemel.

Kog rugkernerne i vand ved svag varme i ca. 5 min. Lad kernerne stå 10 min. Smelt smørret i de varme kerner. Tilsæt mælk og surmælksprodukt og hæld blandingen op i en skål. Rør gæren ud heri. Tilsæt de øvrige ingredienser, hold lidt mel tilbage. Hæver ca. 1 time. Ælt dejen godt igennem og tilsæt evt. lidt mere mel.

Deles i 4 stykker, som rulles til flutes, ca. 30 cm lange. Efterhæves i 30 min.

Pensles med æg og bages i ca. 15 min. ved 225 grader.

Peters basser ca. 16 stk.

50 g gær, 5 dl lunken skummetmælk, 100 g smør eller mindre, 4 spsk sukker, 1 tsk salt, 200 g grahamsmel, ca. 450 - 500 g hvedemel.

Mælken lunes og gæren udrøres deri, salt og sukker tilsættes. Smørret blandes i, hvorefter de 2 slags mel drysses i lidt efter lidt.

Hæver 30 min. Æltes om og deles i 16 stk. der hver klappes med en melet hånd til en tyk pandekage ca. 12 cm i diameter. Sættes på plade, prikkes godt med en gaffel og efterhæver 30 min.

Pensles med æg og bages ved 250 grader i 12 - 15 min.

Fuldkornssigtebrød 1 stk.

25 g gær, 2½ dl lunken vand, 1 dl surmælksprodukt, 1½ tsk salt, 1 tsk sukker, 100 g grahamsmel, 300 g rugsigtemel, ca. 100 g hvedemel.

Rør gæren ud i vandet. Tilsæt surmælk, salt, sukker, grahamsmel og rugsigtemel. Ælt dejen færdig med hvedemel til passende konsistens.

Hæver 40 min. Slå dejen ned og form til brød. Efterhæver i 20 min. Rids og drys med mel.

Bages ca. 40 - 45 min. ved 200 grader.

Hurtige morgenboller 9 - 12 stk.

15 g gær, ½ l lunken vand, 2 - 3 spsk olie, 2 tsk salt, 1 tsk sukker, ca. 100 gr mellemfine byggryn, 200 g grahamsmel, 300 g hvedemel.

Gæren opløses i vand. Heri tilsættes olie, salt og sukker. De 3 melsorter tilsættes, hold lidt hvedemel tilbage.

Dejen æltes kun med ske, ikke med hænderne. Stilles til hæving i køleskab natten over.

Slå dejen ned. Bollerne klattes ud på en plade med en grydeske og pensles med olie. Drys med lidt grahamsmel.

Bages i ca. 20 min. ved 225 grader.

Der kan evt. tilsættes hørfrø i dejen.

Valsede rug- eller hvedekerner, samt hele byggryn gives et opkog på ca. 5 min. i vand og afkøles til lillefingervarme, før det bruges i bagværk.