Knekkebrød med valnøtter

Ingredienser



- ♥ 4 dl havregryn
- ♥ 3 dl grov, sammalt rug
- ♥ 1 dl solsikkekjerner
- ♥ 1 dl linfrø
- ♥ 1 dl sesamfrø
- ♥ 3 dl hakkede valnøtter
- ♥ 1 ts salt
- ♥ 1 ss honning
- ♥ 7 dl vann

Fremgangsmåte

Ha havregryn, sammalt rug, solsikkekjerner, linfrø og sesamfrø i en bakebolle og bland godt sammen. Hakk opp valnøtter nokså fint og ha i. Varm opp 1 dl av vannet og rør honningen ut i det. Tilsett sammen med resten av vannet. Bland så alt godt sammen med en sleiv. Det skal bli en veldig bløt deig. La deigen stå og svelle i 10 min.

Ha bakepapir på to stekeplater. Fordel halvparten av deigen på hver av stekeplatene. Klapp deigen så jevnt du klarer utover stekeplatene med fuktet slikkepott. Det er viktig at deigen dekker hele platene så knekkebrødene blir tynne nok, og det er også viktig at deigen blir så jevn som mulig, så knekkebrødene får lik tykkelse og blir jevnt stekt.

Varm opp ovnen til 160°C med varmluft (se tips). Sett begge platene inn i ovnen, en oppe og en nede, og stek i 10 min. Da har deigen festnet litt og er klar for å skjæres opp. Ta platene ut av ovnen og del opp i firkantede eller rektangulære knekkebrød

med et pizzahjul eller skarp kniv (se tips). Sett platene tilbake samme sted som de stod i ovnen og stek videre i 20 min. Bytt så på plasseringen av platene i ovnen og stek deretter videre i ca 20 min til.

Senk varmen til 120°C og sett ovnsdøren eventuelt litt på gløtt. La stekeplatene stå slik i 10-20 min til, så knekkebrødene tørker ytterligere.

Ta platene ut av ovnen og brekk knekkebrødene forsiktig fra hverandre.

Nå er de klare til å nytes!

Tips

♥ Varmluft er smart siden du da kan steke begge platene samtidig i ovnen. Har du ikke varmluft steker du en plate av gangen midt i ovnen.

♥ Pizzahjul er perfekt egnet til å skjære opp knekkebrød, bare ved å kjøre over deigen i rette eller diagonale linjer, avhengig av hvilken fasong du ønsker deg.

♥ Du må følge med knekkebrødene litt underveis i stekingen. Hvis deigen er litt ujevnt fordelt, vil enkelte partier være ferdigstekt tidligere. Du kan da fjerne disse knekkebrødene og steke resten litt lenger.

♥ Jeg foretrekker å fordele knekkebrøddeigen på 2 stekeplater, selv om jeg vet at mange fordeler deigen utover på 3 stekeplater. Jeg synes det er vanskelig å få deigen utover så tynt og for meg blir knekkebrødene tynne nok om jeg bruker 2 stekeplater. Dessuten liker jeg dem best når de ikke er altfor tynne. Synes du det er viktig at knekkebrødene er helt, helt tynne og supersprø, bør du prøve å bruke 3 stekeplater. Det kan da hjelpe å legge plastfolie oppå deigen når du har den på stekeplaten og kjevle oppå for å få deigen skikkelig tynt utover.

♥ Hjemmelaget knekkebrød oppbevares tørt og er holdbare lenge.

© 2004 - 2026: Det søte liv. Med alle rettigheter.

Source URL: https://www.detsoteliv.no/oppskrift/knekkebrod-med-valnotter