



Italienske gudemundfulde fra Umbrien

Brødene er skønne til frokost med lidt salat, som indslag i børnenes madpakker, på buffeten eller til en portion pasta, en suppe eller lidt grillet fisk eller kød til aftensmad.

★ ★ ★ ★ ★ (0)

[Bedøm opskrift](#)



60+ min

Mar – Nov

Lav på laktose

Vegetar

Ingredienser

4 pers.

15 g gær

½ l kold vand

1 tsk salt

100 g italiensk durummel

ca. 400 g hvedemel, tipo 00

50 g parboiled speltkerner

Fyld

Blommetomater

Hvidløgssplinter

Laurbærblæde

Jomfruolivenolie

Salt og peber

Rosmarin

Tilberedning

- 1 Bland gæren med det kolde vand i en skål. Tilsæt de øvrige ingredienser og sæt dejen til koldhævning i køleskabet natten over.
- 2 Form to lange flade brød og belæg det ene med små, smagfulde blommetomater (eller andre aromatiske tomater) og det andet med små hvidløgssplinter og laurbærblade.
- 3 Dryp begge brød med rigelige mængder koldpresset jomfruolivenolie (efter behag) og giv dem en tur med salt- og peberkværnen.
- 4 Drys også brødet med hvidløg og laurbærblade med lidt rosmarin.
- 5 Bag brødene i ovnen ved 225 grader i cirka 15-20 minutter.



Tip

Dejen kan holde sig i køleskabet i 4-5 døgn, så du kan også lave små portionsbrød ud af dejen og bare tage den dej fra, du har brug for løbende, og sætte resten tilbage på køl.

