

Julbröd

JULBRÖD	
Receptet är för 1 bröd	
4 dl	mandelmjöl
0,5 dl	kokosmjöl
5 msk	fiberhusk
0,5 dl	sesamfrön
2 tsk	bakpulver
1 tsk	havssalt/himalayasalt
1 msk	fänkålsfrö
1 msk	anisfrön
0,5 msk	pomeransskal (mald)
6 st	ägg
2 dl	vatten
1 msk	lönnsirap
HUSGERÅD	
Måttsats	
Mortel	
Bunke	
Ballongvisp	
Brödform	
Handduk	

Julbröd

Julbröd

Så här gör du

- Sätt ugnen på 200 grader
- Stötta fänkålsfröna och anisfröna lite lätt i en mortel
- Mät upp och blanda samman de torra ingredienserna i en bunke
- Vispa samman äggen, vattnet och lönnsirapen i en annan bunke
- Häll äggblandningen över de torra ingredienserna och rör samman till en smet
- Klä en avlång brödform med bakplåtspapper
- Klicka i smeten och tryck till så att den fördelar sig i hela formen
- Avsluta med att jämna till brödet med hjälp av lite vatten och en sked
- Grädda brödet mitt i ugnen i 45 minuter (kontrollera med en provsticka så att brödet är klart)

Låt brödet vila några minuter och vänd sedan upp det för att svalna på galler under en handduk.

Servera ditt Julbröd med härlig [Julskinka](#) och senap eller varför inte det goda [Fikonsmöret](#).

Paleo så gott och så enkelt!

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore](#), [Hemköp](#) och husgeråden är länkade till webbutiken [Bagaren & Kocken](#)



Paleo för ett hälsosammare liv!

Jenny & Magnus Andersson

Licensierade kostrådgivare inom Paleo och lågkolhydratkost, kokboks författare samt hälso- och matinspiratörer.

Ren och naturlig mat ligger oss varmt om hjärtat. Vi har funnit vår väg till hälsa genom Paleo och brinner nu för att hjälpa andra med kost och hälsa genom ett ursprungsperspektiv.
