

Paleofocaccia

PALEOFOCACCIA

Receptet är för 1 bröd

TILLAGNINGSTID:

40 minuter

4 dl	mandelmjöl
0,5 dl	kokosmjöl
1 dl	psylliumhusk/fiberhusk
1 msk	bakpulver
1,5 tsk	havssalt
6 st	ägg
3 dl	vatten
0,5 dl	olivolja

DEKORATION

Efter tycke & smak olivolja

Efter tycke & smak havssalt

2 st stora kvistar rosmarin

HUSGERÅD

Måttats

Bunke

Elvisp

alt. Ballongvisp

Ugnsform

Provsticka

Paleofocaccia

Paleofocaccia

Så här gör du

- Sätt ugnen på 200 grader
- Blanda samman de torra ingredienserna i en bunke
- Vispa samman äggen, vattnet och [olivoljan](#) i en annan bunke och häll sedan över de torra
- Rör om till en deg
- Låt degen svälla 5 minuter
- Ringla olivolja i [ugnsformen](#)
- Klicka ut degen och platta sedan ut den till ett bröd
- Tryck med hjälp av fingret små gropar i brödet
- Ringla över olivolja
- Hacka rosmarin och strö över
- Strö över lite [havssalt](#)
- Grädda mitt i ugnen i ca 20 minuter tills brödet fått fin färg och känns torrt på provstickan

Paleofocaccia Recipe type unknown

Paleofocaccia 2 Recipe type unknown

Låt svalna och njut. Ät Paleofocaccia tillsammans med [soppan](#), salladen, kaffet eller som tillbehör på buffébordet.

Paleo så gott och så enkelt!

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



Paleo för ett hälsosammare liv!

Jenny & Magnus Andersson

Licensierade kostrådgivare inom Paleo och lågkolhydratkost, kokboksförfattare 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.