

Saftigt morotsbröd

SAFTIGT MOROTSBRÖD

Receptet är för 1 bröd

1 kg morötter

2 dl pumpakärnor

2,5 dl solroskärnor

1,5 dl skalade sesamfrön

1 tsk havssalt/himalayasalt

4 st ägg

HUSGERÅD

Måttsats

Skalkniv

Rivjärn

Matberedare

Bunke

Ballongvisp

Brödform

Provsticka

Handduk

Saftigt morotsbröd

Saftigt morotsbröd

Så här gör du

- Sätt ugnen på 175 grader
- Skala och riv morötterna fint
- Häll fröerna i en matberedare och mixa med knivarna till frömjöl
- Tillsätt saltet och mixa lite igen
- Häll nu ner ca 2 tredjedelar av de finrivna morötterna i blandningen och mixa igen till klibbig deg
- Häll över degen i en stor bunke
- Blanda ner resten av de rivna morötterna
- Vispa äggen i en separat skål och häll sedan äggen över degen
- Blanda väl till en jämn deg
- Klä en brödform med bakplåtspapper
- Klicka i degen i formen och jämna till
- Strö lite sesamfrön över brödet
- Grädda mitt i ugnen i ca 80 minuter tills det har fått fin färg och är genombakat (kontrollera med provsticka)
- Ta ut formen och ta ur brödet ur formen
- Låt brödet svalna inlindad i en handduk på ett galler

[Saftigt Morotsbröd2](#)

[Saftigt Morotsbröd1](#)

Nu kan du njuta av nybakat morotsbröd!

Man kan forma brödet till runda småbröd och då grädda bröden i 1 timme. Vi valde att göra ett helt bröd och la då till ca 20 minuter på gräddningen. Brödet blir väldigt saftigt och går att frysa.

Paleo så gott och så enkelt!

Jenny & Magnus

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken Bodystore.se [\[shoppingcarticon\]](#)