

Valnötsbröd

VALNÖTSBRÖD

Receptet är för 1 bröd

4 dl linfrön

2 msk psyllium-/fiber husk

2 tsk bakpulver

1,5 tsk havssalt/himalayasalt

1 msk brödkryddor

4 dl valnötter

2 dl kokosmjölk

6 st ägg

2 dl vatten

HUSGERÅD

Brödform

Måttats

Matberedare

Bunke

Valnötsbröd

Valnötsbröd

Så här gör du

- Sätt ugnen på 175°
- Klä en brödform på cirka 2 liter med bakplåtspapper
- Kör linfröna i en kraftig mixer eller matberedare, till ett fint mjöl
- Blanda linfrömjölet med psylliumhusk, salt, bakpulver, brödkryddor och valnötter i en bunke
- Vispa ihop ägg, kokosmjölk och vatten i en annan bunke, och rör sedan ner blandningen i de torra ingredienserna tills det blir en slät smet
- Häll smeten i formen. Skaka gärna formen lite så att det inte blir några luftfickor i botten
- Baka i nedre delen av ugnen i 80 minuter

Stjälp sedan upp ditt Valnötsbröd ur formen och låt det svalna invirat i en [kökshandduk \[shoppingcarticon\]](#) så blir ytan torr och fin.

Paleo så gott och så enkelt!
Jenny & Magnus

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