Frukt- og nøttebrød (med yoghurt)

Ingredienser



♥ 5 dl tørket frukt (delt i mindre biter, se tips)
♥ 5 dl nøtter og frø (grovhakket, se tips)
♥ 2 dl grovt sammalt rugmel
♥ 4 dl fint siktet rugmel
♥ 2 ts natron
♥ 2 ts salt
♥ ca. 5 dl yoghurt naturell (se tips)

Fremgangsmåte

Bland tørket frukt og nøtter/frø i en bolle. Tilsett grovt rugmel og bland godt.

Bland halvparten av det siktede rugmelet med natron og salt. Ha dette i bollen med tørket frukt og nøtter, og rør godt sammen.

Tilsett resten av rugmelet og bland.

Ha så i yoghurten og bland det hele godt sammen til en fast, bløt og klissete deig (se tips).

Fordel deigen i en smurt brødform (1,5 liter) med bakepapir i bunnen. Jevn til overflaten og strø over litt rugmel på toppen.

Stek brødet nederst i ovnen ved 175°C i ca. 1 time.

La brødet avkjøles i formen i noen minutter, før det forsiktig løsnes og hvelves ut av formen.

Tips

♥ Bruk det du har av tørket frukt. Jeg brukte en kombinasjon av tørkede aprikoser, svisker, dadler, fiken og rosiner.

♥ Bruk det du har av nøtter og frø. Jeg brukte en kombinasjon av pistasjnøtter, valnøtter, mandler og gresskarkjerner.

♥ Deigen til dette brødet skal bli temmelig fast, men bløt og klissete. Jeg brukte hendene til å raskt kna sammen deigen. Tilsett et par skjeer ekstra med yogurt dersom deigen kjennes for tørr ut.

♥ Frukt- og nøttebrødet holder seg saftig i mange dager dersom det pakkes godt inn i plast. Det er også fint å fryse.

© 2004 - 2026: Det søte liv. Med alle rettigheter.

Source URL: https://dev.detsoteliv.no/oppskrift/frukt-og-nottebrod-med-yoghurt