

BONNIER FAKTA

ETT RECEPT HUNDRA BRÖD

MARTIN JOHANSSON

Innehåll

FÖRORD	7
GRUNDRECEPTET Recept på alla dina bröd	9
VANLIGA BRÖD Limpor, frallor och baguetter	33
BLANDADE TIPS Tips om deg, bröd och bakning	97
SURDEGSBRÖD Bröd bakade med surdeg	125
BRÖDMAT Pizzor, pita och burgarbröd	153
SÖTA BRÖD Bullar av olika slag	183
REGISTER	196

www.bonnierfakta.se

Copyright text: © Martin Johansson 2024
Copyright foto: © Martin Johansson (bröd)
Linnea Ronström (moment och porträtt) 2024
Grafisk form: Martin Johansson
Redaktör: Stefan Sunnerdahl
Repro: Italgraf Media, Stockholm 2024
Andra tryckningen
Tryck: Livonia Print, Lettland 2024
ISBN: 978-91-7887-653-2





Förord

JAG ÄLSKAR ATT BAKA. Så enkelt är det. Sedan jag bakade min första knöliga limpa en dag i min mammas gamla sommarhus har jag förundrats över hur spännande det är att se vad som kommer att bli av degen. Man vet *aldrig* exakt vad som kommer ut ur ugnen!

Sedan dagen med den knöliga limpan har jag fortsatt att baka bröd, så gott som varje dag. Jag provar mig fram för att hitta sätt att kombinera bakningen med resten av livet. För även om jag älskar deg vill jag inte att den ska ta över mitt liv.

I boken finns bara ett enda, mycket enkelt, recept. Så enkelt är det att du kommer att minnas det för resten av ditt liv efter att du har bakat det en gång. Resten av boken innehåller tips på hur du kan variera och utveckla receptet så att du kan baka nästan vad som helst. Frallor, limpor och baguetter. Snabba och långsamma bröd, bröd bakade med jäst eller med surdeg. Pizzor och de smörigaste av kardemummabullar!

Med olika metoder, ingredienser och sätt att baka ut degen så har du snart fler än titelns utlovade hundra bröd.

Lycka till!

Martin



GRUNDRECEPTET *Här följer bokens viktigaste kapitel, det som innehåller receptet. Här passar jag också på att svara på några vanliga frågor, som varför degen ska vara så kladdig och varför man inte behöver knåda den.*

RECEPT PÅ ALLA DINA BRÖD

Grundreceptet

16 frallor • 3–4 baguetter • 1–2 limpor

INGREDIENSER

½ tsk färsk jäst (en hörna stor som en tärning)
5 dl kallt vatten (500 g)
10 dl vetemjöl (600 g)
2 tsk salt (12 g)

BLANDA DEGEN

- 1) Smula ner jästen i en bunke, tillsätt vatten, mjöl och salt och blanda till en lös deg med en slev eller en slickepott.
- 2) Täck bunken med lock eller plastfolie och låt jäsa i 6–10 timmar i rumstemperatur. (För snabbare jäsning, se sidan 24.)

BAKA UT BRÖDET

- 3) Använd en slickepott och skrapa ut degen på ett rikligt mjölat bakhord. Vik ihop den till ett paket (se bild på nästa uppslag).
- 4) Sätt ugnen på 250 grader. Låt degen jäsa tills den ökat i storlek och känns lätt och puffig, vilket kan ta 30–60 minuter.
- 5) Strö lite mjöl på degen och dela den till frallor, baguetter eller limpor. Lägg bröden på en plåt med bakplåtspapper.
- 6) Grädda bröden tills de fått ordentligt med färg, det tar 15–35 minuter beroende på brödets storlek.



LJUSA FRALLOR *Med extra seg skorpa*

De här frallorna är bakade helt enligt grundreceptet, med den enda skillnaden att jag blötte frallorna innan jag lade dem på plåten (se tips här bredvid).

Skölj dem under kranen

– och fyra andra fralltips

KANSKE BORDE BOKEN ha hetat någonting med frallor, med tanke på hur mycket uppmärksamhet jag ägnar de små bröden. *Femtio fantastiska frallor*, eller kanske *En fralla för alla*. Här kommer hur som helst ytterligare några fralltips.

Blöt deg ger seg skorpa

Det här kan vara ett av de mindre romantiska tipsen i den här boken, men likväl är det ett bra tips. I vanliga fall ser jag till att det är ordentligt med mjöl på degen när jag delar den, men här har jag istället använt vatten. Jag delar en bit och håller den under vattenkranen och lägger den sedan på plåten. Det blir lite plaskigt, men frallorna får då en särskilt seg och god skorpa. Detta är också ett bra tips om man vill att frön ska fastna ordentligt på bröden.

Extra platta frallor

Om man vill ha lite plattare bröd än de vanliga frallorna kan man platta ut degen lite extra i utbakningen. Innan den jäser trycker man försiktigt ut den till storleken av en gammaldags LP-skiva, 30 × 30 cm ungefär. Sedan får du vara lite försiktig när du delar degen och lyfter över bröden till plåten.

Frallor med frön

När jag vill ha frön av något slag på bröden penslar jag dem med vatten innan jag strör på fröna. På så vis fastnar de fint. Och så kan man tänka på att ha lite lägre temperatur

KAFFE OCH TRANBÄR *Rågbröd med lite bränd smak*

Här hällde jag 5 dl hett kaffe över 1 dl rågkross, 1 dl solrosfrön, 1 dl pumpakärnor och 1 dl torkade tranbär. När det svalnat tillsatte jag jäst, salt, ½ dl mörk sirap, 2 dl rågmjöl och 6 dl vetemjöl. Jag gräddade i 70 minuter i 210 grader.



HEL DINKEL *Ljus limpa med tuggmotstånd*

Här kokade jag 1 dl hela dinkelkorn i saltat vatten i cirka 15 minuter. Sedan blandade jag ner kornen i en deg där jag hade ersatt 2 dl av vetemjölet med fullkornsmjöl på dinkel.



Baka så det spricker

Som på bagerierna

NÄR JAG BÖRJADE BAKA BRÖD blev jag ganska snabbt besatt av två saker. Det ena var att få jättestora hål i bröden, det andra var att få bröden att spricka så där snyggt som man kan se på finbagerierna. Jag vet inte hur många gånger jag försökte, men jag vet att nästan varje gång blev jag mer eller mindre besviken. Antingen ville det inte spricka alls, eller så ville det spricka helt galet explosionsartat.

Så småningom upptäckte jag att det fanns andra saker som var viktigare än att brödet var snyggt. Jag ska ändå försöka dela med mig av mina bästa råd till den som vill baka en snyggt sprucken limpa. Här är mina tips:

Fastare deg

Degen behöver vara lite åt det fastare hållet. En lös deg breder ut sig på bredden när man sätter den i ugnen, och brödet har helt enkelt inget behov av att ta sig ur sitt skal.

Forma brödet till en spänd limpa

Ju mer spänst du får till i den utbakade degen, desto bättre. En rund limpa kan man lätt göra på samma sätt som man formar pizzabollar eller semmelbullar, se sidan 156.

Jäs försiktigt

Brödet behöver ha med sig mycket jäskraft in i ugnen, så hellre aningen underjäst än alldeles överjäst.