

[Startsida](#)[Vanliga frågor](#)[Vårt material](#)[Kontakt](#)

Nr 19 April 2001

Innehåll

Ledaren

[Grekinspirerat påskbröd](#)

[Påskbullar](#)

[Några bakgrunder](#)

[Goda mixnyheter](#)

[Focaccia och Chokoladtårta](#)

[Kunglig hovleverantör](#)

Bakråd eller produktfrågor?

Några nyttiga konsumentkontakt-nummer när du vill ha svar eller beställa receptfoldrar:

Danisco Sugar:
020-74 02 00

Jästbolaget:
020-98 27 86

Kungsörnen:
020-84 84 84

Van den Bergh Foods:
020-33 10 33

Låt oss fira våren!



Varje år lurar våren oss här i Skåne. Den glimtar till i full skrud, men när man bestämt sig för att plocka undan de varmaste klädattributen kommer snön igen. Dock - vi vet att ljusare tider är på väg. I hela världen är dag och natt lika långa den 20 mars i år, därefter tar det ljusa över. Våren har så många firartillfällen. Våfflor bakar vi på Vårfrudagen den 25 mars. Sen kommer påsken. Vilka traditioner har ni på er ort vid sidan av sillinläggningar, lax- och lammrätter? Har ni några speciella påskbak? Skriv och berätta!

Påskharar finns både som utklädda barn i skidbackarna och som bröd på frukostborden i Österrike, Schweiz och Tyskland. I Holland bakar man påskgubbar medan grekerna bakar Tsureki, som ser ut som små fågelbon. Illröda ägg pickas i Grekland efter nattmässan utanför kyrkan, samma sed som på Österlen där äggpickningen sker i morgonstund på strandslutningarna. Seden att äta ägg på våren är äldre än påsktraditionerna. I gamla tider började hönorna värpa rikligt med ägg vid den här tiden och det gav också upphovet till festmåltider med vårkyckling.

"April, april..." Att narra april är internationellt och gäller även för naturen. Nu spritter det i markerna och bönderna börjar med vårbruket. Dags att ge sig ut med picknickkorg och lyssna på bofinkar, rödhakar och starar, att plocka spåda maskrosblad till sallad, leta grodyngel och annat som känns nytt och spännande.

"Örnen har landat" berättar Kungsörnen, som bjuder på nytt och spännande i butikshyllorna just nu. Helt nya, knallröda förpackningar. Det kommer en del nyheter i produktväg också som lockar till bak av såväl kakor som matbröd.

Lycka till i botaniseraandet i natur och kök!

Kaeth

Vill du ha nyhetsbrevet i tryckt form? Klicka på [Kontakt](#) och berätta till vilken adress vi skall sända det, så sätter vi upp dig på vår distributionslista.

[tillbaka](#)

Baka i påsk!

Grekinspirerat påskbröd

Vi har inspirerats av det grekiska brödet Tsureki, som smaksätts med citron och dekorerats med knallröda ägg. Ett förslag är att använda ofärgade ägg som man kan skriva namn på. Bröden passar lika väl till frukostbrickan som till påskens sillbuffé..

En liten genväg kan du gå genom att använda kakmixen Pepparkaka lättbakat och sätta till filmjölksamt lingonsylt.

Gör så här:

1. Häll det mesta av vetemjöllet, socker, salt, ägg, margarin och citronskal i matberedarens bunke. Smula över jästen.

2. Häll i mjölken och arbeta degen kraftigt, ca 5 minuter.

För hand börjar du med att lösa upp jästen i mjölken. Tillsätt margarin och övriga ingredienser. Arbeta degen ca 10 minuter tills den känns smidig.

3. Låt degen jäsa övertäckt ca 30 minuter, till dubbel storlek.

4. Kok äggen 2-3 minuter i sjudande vatten. Spola dem med kallt vatten.

5. Tag upp degen på lätt mjölat bakkbord och knåda igenom den. Dela degen i 20 lika stora bitar.

6. 10 bitar kavlas eller plattas ut till runda kakor som läggs på bakpappersklädda plåtar.

7. Lägg ett ägg mitt på varje platta.

8. Dela resterande degbitar i 3 bitar, som rullas till smala band. Fläta dem och lägg runt äggen.

9. Låt jäsa under bakduk 30-35 minuter. Värm ugnen till 225°.

10. Pensla bröden och strö över frön. Grädda mitt i ugnen 12-15 minuter tills bröden fått fin färg.

Låt svalna på galler.



Ingredienser:

850 g (ca 14 dl) vetemjöl,
2 msk strösocker, 1 tsk salt,
1 ägg,
100 g rumsvarmt margarin eller 1 dl flytande,
finrivet skal av 1 citron,
50 g (1 paket) jäst,
5 dl fingervarm (37°) mjölk
10 ägg
Pensling: mjölk eller vatten
Garnering: sesam- eller vallmofrön

**Ingredienser:**

**1 paket Favoritbullar, 50 g
(1 paket) jäst för söta degar,
4 3/4 dl fingervarmt vatten**

**Fyllning: ca 2 dl vaniljkräm (kallrörd eller kokt av
marsanpulver)**

Garnering: 25 g margarin, 1 dl kokos eller pärlsocker

Påskbullar

Gör så här:

1. Tillred degen enligt anvisningarna på förpackningen.
2. Låt degen jäsa under bakduk till dubbel storlek, ca 30 minuter.
3. Knåda degen smidig på lätt mjölat bakbord. Dela fyra delar som delas i vars 10 delar.
4. Rulla ut små runda bullar och lägg på bakpappersklädd plåt. Låt jäsa under bakduk ca 30 minuter.
5. Tillred vaniljkrämen. Häll den i en plastpåse. Klipp av ena hörnet så det blir ett litet hål. Gör ett hål mitt i bullarna med fingret och tryck ner fyllningen i hålet. Låt jäsa ytterligare 15 minuter. Värm ugnen till 225°.
6. Grädda bullarna mitt i ugnen. 7-10 minuter, tills de fått fin färg.
7. Låt bullarna svalna på galler under bakduk.
8. Smält margarinet och pensla bullarna. Doppa dem i kokos eller strösocker.

[tillbaka](#)

Några bakgrunder

Fem enkla regler för dig som inte bakar så ofta:

1. Börja med att läsa igenom receptet så du vet vad som skall göras, hur lång tid du behöver effektivt och vilka väntetider som finns då du kan göra något helt annat. I köket eller någon annan stans.
2. Kolla att alla ingredienser och redskap finns hemma genom att plocka fram dem. Bäst resultat med bakningen får du om alla ingredienser har samma temperatur. Jästen skall ligga kvar i kylan tills du skall tillsätta den.
3. Plocka undan så att du har en tom yta i köket där du kan baka ut degen om du skall baka bröd.
4. Följ receptet. Glöm inte sätta på ugnen – för mjuka kakor samtidigt som du börjar blanda samman ingredienserna, för jäsdegare efter första jäsningsen.
5. Frys in bröd ni inte skall äta inom de närmaste dagarna genast det svalnat. Dela gärna brödet i flera påsar, så du kan ta fram vad som går åt för en dag eller två. Blanda

- Mindre bröd, småkakor och mjuka kakor gräddas mitt i ugnen. Limpor gräddas nedtill i ugnen. Följ de tider och temperaturer som anges i recepten.
- Tryck försiktigt på mat- eller vetebrödet för att kolla jäsningsen. När tryckmärket snabbt höjer sig är brödet färdigjäst.
- Prova med en rostfri sticka eller tandpetare om den mjuka kakan är färdig. Stickan skall vara torr. Ett annat tecken är att kakan brukar släppa formen när den är färdiggräddad.

... olika mått

- Vi anger ofta både mått och vikt i våra recept, så kan du själv välja vilket du föredrar. Litermått visar tyvärr ibland olika och vi håller olika. Några tips:
- Häll mjölet löst i litermättet. Om du pressar ihop det får du för mycket mjöl.
 - Häll inte allt mjölet i bröd- eller vetedegen med en gång utan spara lite. Fyll

inte olika sorters bröd eller kakor i samma förpackning.

Olika ugnar....

– Alla ugnar gräddar olika. Det finns speciella ugnstermometrar att köpa, men efter ett par bak har du lärt känna hur lång tid som behövs.

– För matbröd kan man gärna ha högre värme än receptet säger när man sätter in brödet och sedan sänka värmen. T ex 250° för ett bröd som skall gräddas i 225°. När du sätter in brödet sänks värmen något i ugnen, vilket motverkas genom den något högre värmen. Glöm inte ändra termostaten!

– Ett matbröd är klart när det hörs ihåligt då man knackar på undersidan.

på tills du får en smidig deg.

– Toppa inte sockermåtten utan stryk av med en kniv så får du exakt mått.

– Margarinpaket är graderade för att underlätta för oss.

– Skall man använda ett halvt paket jäst, dela på diagonalen så blir det rätt.

Goda mixnyheter

Det fanns en tid då mix var för den som inte kunde baka. Nu är mix för den som vill låta baklusten styra, inte vilka ingredienser som finns hemma.

Det är praktiskt att ha allt samlat i ett paket när baklusten plötsligt faller på eller man får oväntade gäster. Inte finns allt som behövs för att baka en läcker tårta så där en vanlig måndagskväll i skafferi och kyl eller hur? Inga skvättar blir det över, utan allt går åt. För kakmixer är det ofta endast vatten som skall tillsättas. För matbröd tillkommer jästen. Om man vill experimentera, så kan man därutöver se vad som finns hemma.

Rationellt och modernt

När mixerna kom i stor skala på 50-talet var det för att underlätta för kvinnorna som i allt högre grad börjat förvärvsarbeta. Det uppfattades allmänt som rationellt och modernt, liksom potatismospulvret som lanserades samtidigt. På 70-talet kom en tydlig nedgång i intresset för halvfabrikat över huvud taget. Man ville laga mat från grunden och brödbakningen lyftes fram som motvikt mot butikernas bröd med lång hållbarhet.

Specialbröd på frammarsch

Numera är tiden, planeringen, ett problem när det gäller köksarbete. Samtidigt vill många känna att de själva deltar i matlagning och bakning. Handeln och industrin får gärna underlätta för oss, sen gör vi det roliga med slutberedningen själva.

–Ciabatta är en stor succé bland våra brödmixer, säger Anna Bynke, produktchef på Cerealia, och berättar att totalmarknaden av brödmixerna ökat mycket i försäljning.

–Franskröd, Sverigelimpan, Grekiskt Lantbröd och Ryskt Grovbröd köps av både barnfamiljer och medelålders konsumenter. Vi vet också att många har brödmixerna som bas och lägger sedan till smaktillsatser eller bakar ut på olika sätt för att få sin personliga stil på bröden

Redan för 100 år sedan

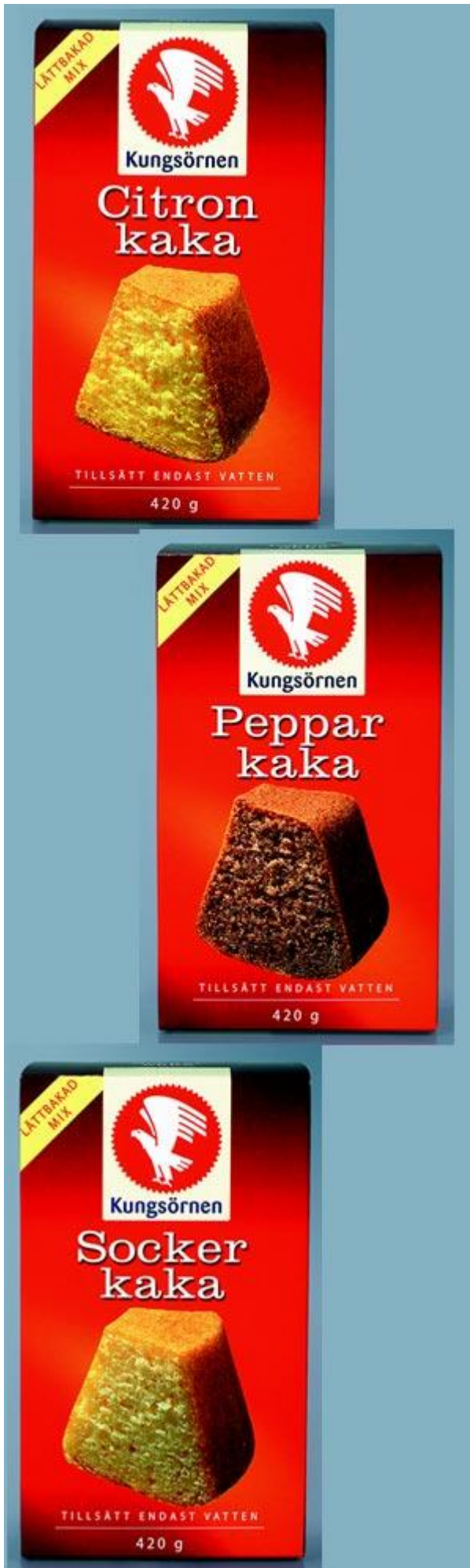
Som kuriosa kan vi berätta att kakmix inte är någon helt ny produkt. Kafferep gjorde sitt intåg i Sverige i början av 1900-talet och varje vecka bakades det kaffebröd i hemmen. Från 1905 har vi funnit följande reklamtext för Bakalette "Var ej nyfiken. Öppna inte ugnsluckan förrän efter en halvtimme, då faller kakan ihop. Bakalette får skulden fast det är ugnsvärmens fel eller att föreskrifterna ej följs. 45 öre paketet. Säljs överallt."

Cake Mix Doctor

I muffinsens och kakmixernas förlovade land, USA, finns en matskribent som specialiserat sig på att trixa med mixer. Ibland är hennes trixande så komplicerat att det är enklare att börja från början med socker och mjöl och bakpulver och smaktillsatser och margarin och ägg och mjölk.

Experimentera själv

Kakmixexperter kan vi bli själva genom att tillsätta smaktillsatser i form av torkad frukt, chokladbitar, nötter, mandel eller sylt. Roligt är också att baka ut på olika sätt. En mix för sockerkaka eller pepparkaka kan ju bli flera muffins eller bakas ut i långpanna och rullas till rulltårter. Som sagt – plocka fram experimentlustan när du har en stund över och ett paket mix hemma





Focaccia

– Italienskt matbröd

En nyhet som lanseras nu i april är det doftande italienska laggbrödet Focaccia, perfekt att servera till soppa, pasta eller bara äta det som det är. Det bakas enkelt i långpanna. Endast vatten, jäst och olivolja – ingredienser som vi brukar ha hemma – behöver tillsättas. Sedan varierar vi själva genom att strö på grovsalt och rosmarin, kanske saltorkade tomater, svarta oliver eller fetaost, som smulas över.

–På grund av mitt arbete har jag alltid durumvetemjöl hemma och surdeg i frysen, två viktiga ingredienser för att få ett riktigt gott Focaccia, men nu kommer det att finnas några paket Focacciamix också, kommenterar Kaeth Gardestedt, som inte ser några motsättningar mellan Hembakningsrådets inriktning och mixer. –Mixerna underlättar för specialbak och speciella tillfällen. Har man använt mix några gånger, är det dessutom enklare att experimentera från grunden; man vet hur en bröddeg skall kännas när den är smidig. Det är som så mycket annat:



Chokladtårta

– en klassiker av Sachertyp

En helt ny tårtnmix kan vi finna i butikshyllorna från början av april. Den heter Chokladtårta och har förutom kakmix till en saftig mörk chokladbotten både en frisk aprikosfyllning och krämig chokladglasyr i paketet. Det enda vi behöver tillsätta är vatten och fett.

–Variationer finns det även för denna klassiker som påminner om Sachertårta, säger Anna Bäärnhjelm, marknadschef på Cerealia.

–Jag har bakat chokladtårtan i en avlång brödform och delat den färdiga tårtan i lagom bakelsebitar. Det min man och jag inte åt genast har jag frusit in. Mycket praktiskt att plocka fram när godislusten gör sig gällande, ja, det är dubbelbra eftersom mixen underlättar bakningen och kakan blir så stor att den räcker till ett par testunder för oss.

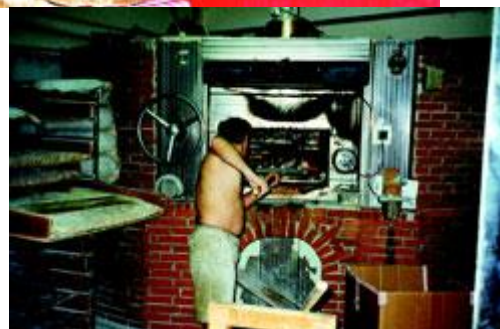
livet. Även om man brukar läsa klassisk litteratur kan en serietidning vara både avkopplande och inspirerande!

[tillbaka](#)



Kunglig hovleverantör

På marknaden i Cahors ses ofta dronning Margrethe ströva bland stånden när hon och prins Henrik är på sitt vinslott. Kanske hon köper bröd av någon av madamerna som säljer bland korvar och fjäderfän, grönsaker och ostar och allt annat frestande. Eller hos bagaren runt hörnet, som gräddar sina bröd från tidiga morgon stund till in på eftermiddagen för att kunna bjuda kunderna fräscha bröd närhelst de droppar förbi.



[startsidan](#) | [vanliga frågor](#) | [vårt material](#) | [kontakt](#)

©2000 Hembakningsrådet, Box 5259, 200 72 Malmö
Telefon 040-98 22 11 Telefax 040-26 95 55

mail@hembakningsradet.se