



1.



2.



4.



3.



6.



7.

FÅ STYR PÅ MELET

I en almindelig brøddej kan man erstatte 1/3 hvedemel med grovere melsorter. Grove melsorter optager væske langsommere end hvedemel. Derfor er det vigtigt, at dejen ikke bliver for tør, når den æltes sammen, da melet langsomt vil opsuge væsken, og dejen vil blive fastere i løbet af hævetiden. Selvom der ikke er så stor forskel i farven på melet, bliver bagværket en del mørkere, når man bager med de grovere meltyper.

5.

8.

9.

1. RUGMEL

Rugmel giver den specielle karakteristiske, syrlige smag og er velegnet til at blande med andre meltyper. Rugmel har en meget ringe bageevne men en skøn smag. Rug dyrkes især i Østeuropa og Skandinavien.

2. GRYN

Flager af spelt, havre, rug osv. har ingen bageevne, men giver brødet en god smag, godt bid og stort fiberindhold. Flager og gryn behøver ikke blive udblødt eller kogt inden brug, men hvis du blander det i dejen, skal du sørge for, at dejen er fugtig, så grynene kan suge vand. Ellers bliver brødet tørt. Grød kan med fordel tilsættes brøddejen. Det giver et saftigt brød med godt bid og højere fiberindhold.

3. MANITOBAMEL

Manitoba er en provins i Canada. Herfra kommer den kornsort, som nogen kalder verdens bedste hvede. Manitoba har et højt indhold af protein – mellem 12,5% og 13,9% – og derfor en unik bageevne. Dejen bliver smidig og elastisk, så du får et ekstra luftigt brød med sprød skorpe. Den er velegnet til italienske brød, pizza, rundstykker og baguettes.

4. BOGHVEDEMEL

Boghvedemel er lavet af fint, formalet og afskallet boghvede. Det er et glutenfrit mel, der ikke har nogen bageevne. Den er meget velegnet til pandekager, franske galettes, blinis, tærtedej, grød og som supplement i brød og kager. Boghvede har været dyrket i store mængder i Danmark, især på Fyn.

5. SIGTEMEL

Sigtemel er en blanding af rug- og hvedemel, som begge har fået frasigtet skaldele og kim, så det bliver lyst og bageegnet. Med den behagelige smag fra rugen er sigtemel en fin konsistens- og smagsgiver i dit bagværk. Sigtemel er godt til brød, men hæver ikke så meget som hvedebrød på grund af rugmelets ringere hæveevne.

6. KORNBLANDING

Blanding med knækkede hvedekerner, knækkede rugkerner, sesamfrø, solsikkekerner og hørfrø. Kornblandinger giver brødet en god smag, et godt bid og et højt fiberindhold. Byt maksimalt en femtedel af hvedemelet ud med kornblanding, ellers bliver brødet for tungt. Dejen skal være fugtig, da kernerne suger væde til sig under hævnning. Korn og kerner skal sættes i blød i minimum to timer eller koges inden bagning.

7. GRAHAMSMEL

Grahamsmel er fintmalet hvede, men det er ikke sigtet og indeholder derfor både kim og skaldele. Grahamsmels bageevne er ringe. Ved bagning med grahamsmel er det en fordel at tilsætte et syrnet mejeriprodukt, fx lidt kærnemælk. Det er med til at gøre dejen elastisk og holde på fugtigheden i brødet.

8. QUINOAFLAGER

Quinoa dyrkes især i landene omkring Andelsbjergene i Sydamerika. Quinoa indeholder ca. 12 gram protein pr 100 gram og er derfor en god kilde til protein. Quinoaflager er hårdere end havregryn, de smager mildt af linser eller hvide bønner. De kan bruges til bagning, i grød og mysli.

9. MAJSMEL

Majsmel fremstilles af majskeer, som skræbes af majskeolberne. Majsmel har ingen bageevne og indeholder ikke gluten. Majsmel bruges i pandekagedej, i bagværk, polenta og i grød.