

## Nässelbröd

2 dl Torkade och grov smulade nässlor. (går utmärkt att torka i Ugnen på 150 grader)

1½ liter Rågsikt

1 tsk salt

50g jäst

½ liter vatten

1 msk honung.

1 ägg till pensling.

Sätt ugnen på 185 grader

Smula jästen och rör ut den i lite vattnet. Vatten bör hållas på 37 grader för bästa jäs effekt. Häll på resten av vattnet och tillsätt honungen. Häll i salt och rågsikt och nässlor men spara lite av rågsikten. Degen ska var mjuk och följsam och precis så kladdig att den inte fastnar på kanten i buken eller på dina händer när du arbetar den. Arbeta degen rejält i 5-10 minuter. Låt jäsa i 30-40 min och forma sedan 4 st bröd i lämpligt format. Runda, avlång det är upp till dig 😊 Jäs igen 30-40 min Pensla med uppvispat ägg. (om du vispade upp ägget redan när degen jobbade i maskinen med en gaffel så hinner äggvitehinnan brytas ner och inte vara så slemmig). Grädda i 30-45 min beroende på hur du format bröden och effekten av din ugn. Ett litet tips på man vet att brödet är klart. Vänd på det och knacka lite försiktigt på det. Det ska låta ihåligt.