

## Madpakkestykker

### 12 stk fuldkornstykker og 12 stk frugtstykker

#### Opskrift

600 g vand (15 °C)  
 200 g A 38 eller yoghurt naturel  
 50 g Gær  
 15 g Salt  
 50 g Sukker  
 50 g Chiafrø, Hørfrø eller hvedemel  
 500 g Fuldkornshvedemel (fint formalet, 12 % protein)  
 500 g Hvedemel (12 % protein)  
 50 g olie



Tilsæt 50 g Tranebær, 50 g Frugtpålæg i tern og 50 g ristede pinjekerner eller andet tørret frugt og nødder. Billede 1.) i halvdelen af dejen og ælt det sammen i 1 min. lige efter dejen er æltet færdig.

#### Produktionsmetode

Det hele blandes i skål til køkkenmaskine undtagen olien.

Ælter langsomt i 5 min. tilsæt olie og ælt 10 min hurtig.

Dejtemperatur 27-28 °C.

Hæver til dobbelt størrelse i oliesmurt skål. Billede 2. Overdækkes med frysepose. Ca. 50 min.

Vendes ud på bord med mel på.

Dejen foldes 4 gange helt over, fra Nord, Syd, Øst og Vest. Billede 3.

Vent 5 min. og rul dejen ud med kagerulle ca 2 cm tyk.

Pensles med vand og drys sesam på. Billede 4.

Vent 5 min. Deles i Firkanter eller harlekin mønster med skarp kniv. 2x12 stk. Billede 5.

12 stk. pr plade med bagepapir på. En frysepose sprættes op og lægges over.

Hæver til dobbelt størrelse igen. Ca. 50 min. Billede 6.

Bages ved 240 °C i ca. 11 min. en plade af gangen (Over og under varme).

