

Pizzadeg - fullkorn



Pizzadeg på fullkornsmjöl av vete, dvs hela vetekornet finns med i mjölet, inklusive grodd och kli. Använd veckans rester och lägg dem på pizzan.

Du behöver

Pizzadeg

1,5 dl vatten

0,5 dl olja

25g jäst

1 krm salt

2 dl Kungsörnen Grahamsmjöl

2,5 Kungsörnen Vetemjöl

Gör så här

Blanda vatten och olja, värm till fingervarmt (37 grader). Häll över i bunke.

Smula i jästen så den löser sig. Häll i saltet.

Tillsätt vetemjöl och grahamsmjöl och blanda tills du får en fin deg. Låt jäsa under bakduk ca 30 min.

Sätt ugnen på 250 grader. Ställ in en ugnsplåt i ugnen så att den blir varm.

Stjälp upp degen på mjölat bakbord och kavla ut. För över på bakplåtspapper.

Strö över valfri fyllning. För över pizzan på den heta ugnsplåten och grädda sedan i mitten av ugnen ca 10 minuter eller tills pizzan fått fin färg.