TILLØKKE
DANMARK

GODT ØKO BAGVÆRK STARTER MED VALSEMØLLEN

SIDEN 1899

Hos Valsemøllen går vi aldrig på kompromis med hverken smag eller bageglæde. Heller ikke når det kommer til økologi. Vi bruger kun de bedste råvarer fra nøje udvalgte marker, så du kan være sikker på, at du bager med mel af allerhøjeste kvalitet. Naturligvis.

I år fejrer vi Ø-mærkets 30 års fødselsdag med endnu flere økologiske produkter fra Valsemøllen. Vores sortiment spænder bredt, fra specialmel til brødblandinger, frø, kerner og havregryn. Vi har samlet 30 lækre søde, bløde, sprøde og knasende lækre øko-opskrifter til dig, og ønsker dig rigtig god bageglæde.

30
ØKOLOGI I DANMARK
1990-2020

GODT ØKO BAGVÆRK STARTER MED VALSEMØLLEN

SPRØD ØKOGRØD MED BÆR

DET SKAL DU BRUGE

6 personer

Bund:

350 g frosne bær (blåbær og hindbær)

Grøden:

3 dl Valsemøllen ØKO Havregryn
(evt. blanding af grovvalsede/finvalsede)
½ tsk bagepulver
½ tsk vaniljesukker
1 spsk smør
1 nip havsalt
½ tsk kardemomme
2 dl mælk
2 modne bananer
Evt. 2 finthakkede dadler, hvis bananerne ikke er modne

Kerneblanding:

1 spsk honning (smeltet)
2 spsk smør (smeltet)
30 g mandler
20 g Valsemøllen Økologiske Hirseflager
50 g Valsemøllen Økologiske Græskarkerner
50 g Valsemøllen Økologiske Solsikkekerner

SÅDAN GØR DU

1: Tænd ovnen på 180°C alm. ovn.
2: Smør en form på ca. 15×30 cm.
3: Kom de frosne bær i fadet.
4: Bland grødens tørre ingredienser sammen med moste bananer og mælk.
5: Kom grøden oven på bærrene.
6: Smelt honning og smør sammen, og bland det sammen med mandler, flager og kerner.
7: Kom kerneblandingen ovenpå grøden og bag den i 30-35 minutter til toppen er sprød, og grøden er fast i konsistensen, men stadig har en "grødet" midte.

Server med et syrligt mælkeprodukt. F.eks. yoghurt eller skyr.

30
ØKOLOGI I DANMARK
1990–2020

ØKO KOKOS CHIAGRØD MED ANANAS OG MANGO

DET SKAL DU BRUGE

2 personer

Kokos chiagrød:
½ dl Valsemøllen Økologiske Chiafrø
2 dl mælk
1 nip groft salt
Evt. 1 nip vaniljesukker
1 dl fuldfed kokosmælk (af god kvalitet)

ANANAS-MANGO PURÉ:
100 g moden ananas (frossen)
100 g moden mango (frossen)
Lidt vand
Evt. lidt rørsukker eller citron

YDERLIGERE TOPPING:
Valsemøllen Økologiske
Solsikkekerner (ristede)
Blåbær

* * *

SÅDAN GØR DU

Dagen før:
1: Kom chiafrø, mælk, salt og evt. vaniljesukker i en skål, og rør det grundigt sammen.
2: Lad skålen stå på køkkenbordet i et kvarters tid.
3: Rør massen grundigt sammen igen, hvorefter den stilles i køleskabet natten over.
4: Skær ananas og mango i små tern, og kom dem i fryseren natten over i en frysepose.

Om morgenen:
1: Bland 1 dl af den fede del af kokosmælken i chiagrøden.
2: Kom grøden i et par små glas eller skåle.
3: Kom den frosne ananas, mango og lidt vand i en foodprocessor (eller blender). Brug kun akkurat så meget vand, som der er brug for, for at foodprocessoren kører!
4: Blend til massen er ensartet og cremet.
5: Smag til med rørsukker eller citron, alt afhængig af, hvor syrlige eller søde dine frugter er.
6: Hvis frugterne er godt modne, er det ikke nødvendigt at smage til.
7: Fordel ananas-mango puréen ovenpå chiagrøden.
8: Drys med ristede solsikkekerner.
9: Server med blåbær.

ØKOLOGI I DANMARK
1990–2020

GODT ØKO BAGVÆRK STARTER MED VALSEMØLLEN

ØKO KERNEGRØD MED BROMBÆR OG LYS KARAMEL

DET SKAL DU BRUGE

1 person

Lys karamel:
1 dåse kondenseret mælk

Kernegrød:
1 dl Valsemøllen ØKO Grovvalsede Havregryn
1 tsk Valsemøllen Økologiske Solsikkekerner
1 tsk Valsemøllen Økologiske Chiafrø
1 tsk Valsemøllen Økologiske Hørfrø
1 dl vand
1½ dl mælk
½ revet æble
1 nip salt + kardemomme

Topping:
15 stk. ristede mandler
½ æble
Et par friske brombær
1 spsk lys karamel lavet af kondenseret mælk

* * *

SÅDAN GØR DU

Karamel (kan med fordel laves dagen før):
1: Sæt en gryde med vand til at koge.
2: Pil etiketten af dåsen med kondenseret mælk, og læg den ned i gryden, når vandet koger.
3: Vær opmærksom på, at dåsen skal være helt dækket af vand.
4: Læg låg på gryden, skru ned på lav varme, så vandet simrer.
5: Kog dåsen i 30 minutter og tag herefter dåsen op af gryden, og lad den køle af, inden den åbnes.
6: Rør grundigt rundt før brug.
7: Opbevar karamellen i køleskabet.

Kernegrød:
1: Kom alle grødens ingredienser i en gryde, og kog op på middel-høj varme.
2: Når grøden koger, skrues ned på lav varme, og grøden koges færdig, indtil den er cremet og tykner.
3: Rør hyppigt undervejs.
4: Imens grøden koger, ristes mandlerne gyldne på en pande og hakkes groft.
5: Skær æblet i tern og læg til side.
6: Når grøden er færdig toppes den med de ristede mandler, friske brombær, æbletern og en generøs klat lys karamel.

ØKOLOGI I DANMARK
1990–2020

HJEMMELAVET ØKO MÜSLI

DET SKAL DU BRUGE

Til 1 bradepande

30 g smør
40 g honning
150 g Valsemøllen ØKO Finvalsede havregryn
30 g Valsemøllen Økologiske Sesamfrø
30 g Valsemøllen Økologiske Græskarkerner
30 g Valsemøllen Økologiske Solsikkekerner
10 g Valsemøllen Økologiske Chiafrø
100 g nødder/mandler, fx cashewnødder, hasselnødder og mandler
⅓ tsk groft salt
⅓ tsk kanel
⅓ tsk vaniljesukker

SÅDAN GØR DU

1: Tænd ovnen på 150°C varmluft.
2: Kom honning og smør i en lille gryde og smelt på middel varme.
3: Hak 2/3 af nødderne meget groft, og lad de resterende forblive hele.
4: Kom nødderne i en skål sammen med de resterende tørre ingredienser og bland det godt sammen.
5: Kom havregrynsblandingen ned i gryden til smør og honning, og rør grundigt rundt, indtil alle de tørre ingredienser har honning/smør på sig.
6: Fordel blandingen på en bageplade beklædt med bagepapir og bag müslien i 10-15 minutter.
7: Rør i müslien løbende, så den ikke brænder på.
8: Lad müslien køle af på bagepladen og kom den herefter på et lufttæt glas, som opbevares ved stuetemperatur.

ØKOLOGI I DANMARK
1990–2020

GODT ØKO BAGVÆRK STARTER MED VALSEMØLLEN

ØKO GRØDBLANDING

DET SKAL DU BRUGE

Til 10 personer

Grødblanding

250 g Valsemøllen ØKO Grovvalsede havregryn
25 g Valsemøllen Økologiske Chiafrø
25 g Valsemøllen Økologiske Solsikkekerner
25 g Valsemøllen Økologiske Poppede Rugkerner klar til brug
25 g hasselnødder eller mandler
25 g tørrede tranebær (kan udelades)
Evt. lidt vaniljepulver, kanel eller kardemomme

Grødopskrift

1½ dl grødblanding opskrift ovenfor
1½ dl mælk
1½ dl vand
1 nip groft salt

SÅDAN GØR DU

Grødblanding:

1: Hak hasselnødderne groft.
1: Kom alle ingredienserne i en skål og rør dem godt sammen med en ske.
1: Kom havregrødsblandingen i en bøtte eller pose og opbevar den tørt og tætlukket.

Sådan laver du grøden:

1: Kom alle grødens ingredienser i en gryde, og kog grøden på medium/høj varme.
1: Når grøden koger skrues der ned på lav varme.
1: Kog grøden færdig under hyppig omrøring til den er super cremet, og giv den endelig ikke for meget.
1: Top grøden med din yndlings topping.

ØKOLOGI I DANMARK
1990–2020

GODT ØKO BAGVÆRK STARTER MED VALSEMØLLEN

ØKO GRÆSKARKERNESMØR

DET SKAL DU BRUGE

Til 1 lille glas

200 g Valsemøllen Økologiske Græskarkerner
2 spsk olivenolie
1 nip havsalt
1-2 tsk rørsukker (kan udelades)

* * *

SÅDAN GØR DU

1: Kom alle græskarkernerne på en pande og rist dem gyldne til de "popper".
2: Kom græskarkernerne i en kraftig foodprocesser, og blend kernerne, til de bliver til en lind og cremet græskarkernesmør.
3: Det tager et kvaters tid, og det er vigigt løbende at skrabe kanterne, så alt blendes lige godt.
4: Tilsæt olie, havsalt og sukker ca. halvvejs, eller tidligere hvis din maskine har svært ved at få det til at køre rundt.
5: Kom græskarkernesmøren på et skoldet glas og opbevar den i køleskabet.

ØKOLOGI I DANMARK
1990-2020

GODT ØKO BAGVÆRK STARTER MED VALSEMØLLEN

ØKO MORGEN-GREENIE MED SPINAT & HAMPEFRØ

DET SKAL DU BRUGE

Til 1 person

50 g frossen spinat
50 g frossen broccoli
1 modne bananer
ca. 1½-2 dl mælk eller vand
5 g frisk ingefær
1 tsk kanel
1 tsk Valsemøllen Økologiske Chiafrø
1 spsk Valsemøllen Økologiske Hampefrø

* * *

SÅDAN GØR DU

1: Kom alle ingredienserne i en kraftig blender og blend det hele godt sammen til en ensartet masse.
2: Tilsæt mere væske, hvis du ønsker en tyndere konsistens.
3: Fordel greenien i en skåle og top med sprød granola inden servering.

ØKOLOGI I DANMARK
1990–2020

ØKO GRØDBOLLER MED RUG

DET SKAL DU BRUGE

14 boller

10 g gær
2 dl øl
2 dl vand
200 g kold havregrød (kogt af
1 dl havregryn, 1 dl mælk,
1 dl vand og 1 nip salt)
30 g mørk sirup
80 g Valsemøllen Skårne Rugkerner
80 g Valsemøllen Økologiske Solsikkekerner
20 g Valsemøllen Økologiske Hørfrø
50 g tranebær
130 g Valsemøllen Groft Rugmel
200 g Valsemøllen ØKO Hvedemel
1 spsk salt (12 g)

* * *

SÅDAN GØR DU

Aftenen før:

1: Rør gær, øl og vand sammen i en skål.
2: Rør kold havregrød, sirup, kerner, frø og tranebær i massen, og dernæst mel og salt.
3: Rør sammen indtil dejen netop er samlet.
4: Kom skålen i køleskabet i 8-24 timer under et låg.

Om morgenen:

1: Opvarm ovnen på 225°C varmluft med en bageplade i midten
og en dyb bradepande i bunden.
2: Form bollerne vha. 2 skeer, som du løbende dypper i vand.
Kom bollerne over på et stykke bagepapir løbende.
3: Hiv bagepapiret med bollerne over på den varme bageplade, og placer den midt
i ovnen. Kom 2 dl vand i bradepanden i bunden af ovnen, så der dannes damp.
4: Bag bollerne i 13-15 minutter indtil de er sprøde, gyldne og lyder hule,
når du banker på dem.
5: Lad bollerne køle lidt af på en bagerist inden de spises lune.

ØKOLOGI I DANMARK
1990–2020

GODT ØKO BAGVÆRK STARTER MED VALSEMØLLEN

ØKO BRØD MED GRØD

DET SKAL DU BRUGE

1 brød
10 g gær
600 ml vand
1 stor tsk honning
200 g kold grød (lavet af 1 dl havregryn, 1 dl vand, 1 dl mælk og 1 nip salt)
50 g Valsemøllen Økologiske Solsikkekerner,
30 g Valsemøllen Økologiske Hørfrø,
20 g Valsemøllen Økologiske Chiafrø
1 spsk æblecidereddike
300 g Valsemøllen Fuldkornshvedemel
350 g Valsemøllen ØKO Hvedemel
1 spsk groft salt

SÅDAN GØR DU

Aftenen før:
1: Rør gær sammen med vand, og tilsæt honning, grød, kerner/frø og æblecidereddike.
2: Kom halvdelen af melet ned i skålen og rør, indtil der ikke er flere klumper. Tilsæt herefter resten af melet og salt.
3: Rør dejen sammen til den er sammenhængende, og kom herefter et låg på, og sæt skålen på køl i 8-12 timer.

Om morgenen:
1: Om morgenen tændes ovnen på 250°C varmluft, og en bageplade placeres i midten af ovnen og en dyb bradepande i bunden.
2: Sæt dejen på køkkenbordet, imens ovnen varmer op.
3: Når ovnen har været varm i 10 minutter, formes brødet.
4: Kom lidt vand og mel på fingrene, og kom dejen ud på et bagepapir.
5: Form dejen til et brød. Dejen er klistret, så tag løbende mel på fingrene.
6: Hiv bagepapiret med brødet over på den varme bageplade, og placer den midt i ovnen. Kom 2 dl vand i bunden af ovnen (i bradepanden), så der dannes damp under bagningen.
7: Bag brødet i 10 minutter på 250°C varmluft, og skru herefter temperaturen ned til 200°C varmluft.
8: Brødet bages yderligere 30 minutter, til det er gyldent og lyder hult, når du banker på det.
9: Køl brødet lidt af på en bagerist, og nyd det lunt.

ØKOLOGI I DANMARK
1990–2020

GRYDEBRØD MED ØKOLOGISK MANITOBA HVEDEMEL

DET SKAL DU BRUGE

1 brød

Dej:

500 ml lunkent vand
150 g surdej som er klar til bagning
Evt. 1 lille kugle gær på størrelse med et lille blåbær
1 tsk rørsukker
400 g Valsemøllen ØKO Manitoba Hvedemel
200 g Valsemøllen Fuldkornshvedemel
50 g Valsemøllen ØKO Grovvalsede Havregryn
120 g Valsemøllen Økologiske Solsikkekerner
Kogende vand til opblødning
2 skrællede gulerødder (120 g)
1 spsk groft salt

Grej:

Hævekurv
Hørklæde
Støbejernsgryde
Evt. rismel

GODT ØKO BAGVÆRK STARTER MED VALSEMØLLEN

* * *

SÅDAN GØR DU

Dej:

1: Kom vand, surdej, evt. gær, rørsukker, mel og havregryn i skålen.
2: Rør ingredienserne sammen i en rørmaskine, til en lind masse uden klumper.
3: Stil skålen til side med et klæde over.
4: Kom solsikkekernerne i en skål og hæld kogende vand over.
5: Lad dem trække i en halv til en hel time sammen med dejen.
6: Riv de skrællede gulerødder groft på et rivejern.
7: Når den halve til hele time er gået, hældes alt væsken fra solsikkekernerne.
8: De kommes i dejen sammen med de revne gulerødder og groft salt.
9: Ælt dejen på en røremaskine i et par minutter ved lav hastighed, til dejen er samlet.
10: Skru herefter maskinen op på middel-høj hastighed i ca. 10 minutter, til dejen samler sig om dejkrogen, og dejen kan bestå glutentesten.
11: Sådan laver du glutentesten: Tag et lille stykke dej mellem to fingre og stræk den. Kan dejen strækkes papirtyndt ud er den rørt færdig, hvis ikke, skal du ælte lidt længere, og lave testen igen!
12: Hæld dejen i en oliesmurt skål.
13: Lad den hæve ved stuetemperatur i 1½ til 2 timer til dejen er hævet lidt op og viser god aktivitet.

Bagning:

1: Kom lidt alm. mel, rismel eller en blanding i en hævekurv beklædt med et hørklæde.
2: Drys ligeledes lidt mel og evt. grovvalsede havregryn ud på køkkenbordet.
3: Kom dejen ud på køkkenbordet og fold siderne ind over hinanden.
4: Rul derefter de modsatte sider ind over, så dejen får en spændstig overflade.
5: Kom dejen i hævekurven ved at vende dejkuglen med foldningerne opad.
6: Drys med lidt mel ovenpå, fold hørklædet ind over dejen, og sæt kurven på køl natten over. Gerne i 8-12 timer.
7: Tænd ovnen på 250 °C varmluft og sæt en støbejernsgryde derind.
8: Lad gryden stå i ovnen i en times tid, så den bliver gennemvarm.
9: Når ovnen er klar, klippes et stykke bagepapir på størrelse med brødet.
10: Dejen vendes ud på bagepapiret på bordpladen.
11: Tag forsigtigt hævekurven og klædet af dejen, så klædet ikke hænger i.
12: Snit evt. et mønster i dejen og fordel lidt ekstra grovvalsede havregryn ovenpå.
13: Kom dejen (inkl. bagepapir) forsigtigt i den varme gryde.
14: Læg låget på, og sæt gryden i den varme ovn.
15: Bag brødet i ca. 35 minutter, og derefter uden låg i ca. 10-12 minutter til det er mørkt gyldent på toppen.
16: Når brødet er færdigt, sprødt og lyder hult, når du banker på det, vendes det ud af gryden på en bagerist.
17: Lad brødet køle af, inden du skærer i det.

ØKOLOGI I DANMARK
1990–2020

KOLDHÆVET ØKO RUGBRØD MED ØL

DET SKAL DU BRUGE

1 brød
1 hvidtøl, 33 cl
50 g koldt vand
80 g Valsemøllen Økologiske Rugkerner – klar til brug
30 g Valsemøllen Økologiske Hørfrø
30 g Valsemøllen Økologiske Solsikkekerner
7 g gær
150 g surmælksprodukt, fx kærnemælk, Acido eller yoghurt naturel
100 g Valsemøllen ØKO Stenformalet Hvedemel
350 g Valsemøllen Groft Rugmel
17 g salt
2 spsk blå birkes til at drysse på toppen
1 rugbrødsform, ca. 2 liter
1 lille tsk smør til at smørre rugbrødsformen med

SÅDAN GØR DU

1: Kom øl, vand, kerner og frø i en skål og lad det trække ½-1 time.
2: Kom gær og surmælksprodukt i og rør rundt til gæren er opløst.
3: Tilsæt hvedemel, rugmel og salt og rør dejen på en røremaskine med K-spaden i 5 minutter ved lav/medium hastighed.
4: Smør en rugbrødsform med smør.
5: Kom dejen i og fordel den godt i formen.
6: Kom et låg over formen og lad rugbrødet hæve 1-2 timer ved stuetemperatur indtil, at du kan se, at rugbrødet begynder at hæve en smule, og der er aktivitet i dejen.
7: Kom rugbrødet i køleskabet natten over.
8: Bag rugbrødet ved 180°C alm. ovn (160°C varmluft) i 1 time og 10 minutter. Det skal have en kernetemperatur på 98-99°C før, det er færdigbagt.
9: Tag rugbrødet ud af formen og afkøl på en rist.

Tip: Vil du hellere bage dit rugbrød samme dag?
Så kom 15 g gær i, og lad dit brød hæve 3-5 timer ved stuetemperatur til brødet er hævet til 90 % i formen og har 4-6 huller i overfladen, der er på størrelse med et knapnålshoved. Bag rugbrødet og nyd.

ØKOLOGI I DANMARK
1990–2020

GODT ØKO BAGVÆRK STARTER MED VALSEMØLLEN

ØKO RUGSNACK MED CHOKOLADE OG NØDDER

DET SKAL DU BRUGE

Ca. 20 stk.

25 g gær
3 dl lunkent vand
4 dl økologisk kærnemælk
1 pose Valsemøllen Økologiske Rugkerner – klar til brug (200 g)
100 g Valsemøllen ØKO Finvalsede Havregryn
250 g Valsemøllen Groft Rugmel
1½ tsk salt
225 g Valsemøllen Økologiske blandede frø, fx hørfrø, solsikkekerner mv.
200 g nødder
150 g mørk chokolade

I øvrigt

lidt hakkede nødder, havregryn eller solsikkekerner til pynt

SÅDAN GØR DU

1: Lun kærnemælk og vand til ca. 30 °C, og rør gæren ud heri.
2: Tilsæt de øvrige ingredienser, undtagen chokoladen.
3: Ælt dejen i mindst 15 minutter i en køkkenmaskine eller med en håndmixer, til dejen er cremet og blød.
4: Tilsæt chokoladen skåret i grove stykker og rør rundt til chokoladen er fordelt.
5: Del dejen i 20 lige store stykker og form dem til flade boller. Det er en fordel at have fugtige hænder under denne proces, da dejen er klistret.
6: Tril bollerne i hakkede nødder, havregryn eller solsikkekerner.
7: Kom bollerne på en bageplade og lad dem hæve tildækket i ca. 1 time.
8: Bag dem ved 180 °C i ca. 25-30 minutter.

ØKOLOGI I DANMARK
1990–2020

GODT ØKO BAGVÆRK STARTER MED VALSEMØLLEN

NEMME ØKO ENERGIBARER MED HAMPEFRØ OG SOLSIKKEKERNER

DET SKAL DU BRUGE

10-12 stk.

5 spsk æblemos
10 bløde dadler, uden sten
2 æg
2 spsk tahin
50 g mandler, grofthakkede
1 tsk stødt kanel
1 tsk stødt kardemomme
2 dl havregryn
1 dl Valsemøllen Økologiske Hirseflager
½ dl Valsemøllen Økologiske Hampefrø
1⅓ dl Valsemøllen Økologiske Solsikkekerner
1 nip salt

Pynt (valgfrit):
25 g mørk chokolade
2 spsk frysetørrede hindbær

* * *

SÅDAN GØR DU

1: Blend æblemos, dadler, æg og tahin godt sammen.
2: Bland mandler, kanel, kardemomme, havregryn, hirse, hampefrø, solsikkekerner og salt sammen i en skål og rør de våde ingredienser i.
3: Rør dejen godt sammen og fordel den i en form (20 x 20 cm) beklædt med bagepapir.
4: Sæt formen i ovnen ved 175°C varmluft og bag dejen i ca. 25-30 minutter.
5: Lad massen køle helt af i formen og skær den derefter ud i små barer.
6: Smelt chokoladen i en lille gryde og pynt barerne, som du lyster.
7: Drys derefter med frysetørrede hindbær.
8: Opbevar barerne i en kagedåse på køl – de kan holde ca. 1 uge på køl.

ØKOLOGI I DANMARK
1990-2020

ØKO KNÆKGRØD

DET SKAL DU BRUGE

Ca. 20 stk.

1 dl Valsemøllen ØKO Finvalsede Havregryn
1½ dl vand
1 dl mælk
2 spsk Valsemøllen Økologiske Hørfrø
2 spsk Valsemøllen Økologiske Solsikkekerner

Topping

2 tsk Valsemøllen Økologiske Sesamfrø
2 tsk havsalt

SÅDAN GØR DU

1: Tænd ovnen på 150°C alm. ovn.
2: Kom alle grødens ingredienser i en gryde, og kog grøden på middel-høj varme.
3: Når grøden begynder at koge, skrues ned på lav varme.
4: Kog grøden under hyppig omrøring indtil den er cremet og fast.
5: Fordel grøden i et tyndt lag på en bageplade dækket med bagepapir.
6: Drys med sesamfrø og havsalt.
7: Bag knækgrødet i midten af ovnen i ca. 1 time og 20 minutter til 1 time og 30 minutter til det er gyldent og sprødt.
9: Når knækgrødet er bagt færdigt, køles det helt ned på en rist.
10: Knæk det i stykker, og opbevar det i et tætsluttende glas ved stuetemperatur.

ØKOLOGI I DANMARK
1990–2020

GODT ØKO BAGVÆRK STARTER MED VALSEMØLLEN

ØKO KERNEBOLLER MED GULEROD

DET SKAL DU BRUGE

10 boller

Bolledej

4,5 dl vand
12 g gær
1 tsk honning
20 g Valsemøllen Økologiske Chiafrø
20 g Valsemøllen Økologiske Hørfrø
30 g Valsemøllen Økologiske Græskarkerner
30 g Valsemøllen Økologiske Hampefrø
100 g gulerod (skrællet)
200 g Valsemøllen ØKO Hvedemel
175 g Valsemøllen Hvid Hvede Fuldkornsmel
2 tsk flagesalt (eller groft salt)

Pensling og kerneblanding

1 æg
1 spsk Valsemøllen Økologiske Hørfrø
1 spsk Valsemøllen Økologiske Sesamfrø
1 spsk Valsemøllen Økologiske Græskarkerner

SÅDAN GØR DU

Aftenen før:

1: Riv gulerødderne groft på et rivejern.
2: Opløs gæren i vand sammen med honning, og tilsæt frø, kerner og revet gulerod.
3: Tilsæt mel og til sidst saltet, og rør dejen grundigt sammen til den har en konsistens som en tyk grød.
4: Blandingen sættes på køl natten over 8-12 timer. Enten med et vådt viskestykke, film eller låg over, så fugten holdes inde i skålen.

Om morgenen:

1: Ovnen tændes og varmes op til 225°C (varmluft).
2: Bolledejen tages ud af køleskabet, bollerne formes og placeres på en bageplade, brug 2 skeer. Dyp skeerne i vand, så klistrer dejen ikke til skeerne.
3: Bland kerneblandingen, pensl bollerne med æg, og drys med et generøst lag kerner på hver bolle.
4: Bollerne bages i den forvarmede ovn i ca. 13-15 minutter til de er gyldne og lyder hule, når man banker på undersiden. Hold øje, alle ovne er forskellige.
5: Lad bollerne køle en smule af på en bagerist, inden de skæres over.

ØKOLOGI I DANMARK
1990–2020

GODT ØKO BAGVÆRK STARTER MED VALSEMØLLEN

ØKO QUINOABRØD MED RUGKERNER

DET SKAL DU BRUGE

1 brød

200 g Valsemøllen Økologiske Quinoa
100 g Valsemøllen ØKO Finvalsede Havregryn
50 g Valsemøllen Økologiske Chiafrø + 1½ dl vand
2 spsk. Valsemøllen Økologiske
Poppede Rugkerner
½ dl vand
1 tsk. havsalt
1 tsk. bagepulver
1 spsk. æblecidereddike
½ dl olivenolie

* * *

SÅDAN GØR DU

1: Kom quinoa og havregryn i en skål – dæk med rigeligt vand og lad det stå overdækket natten over.
2: Bland chiafrøene med 1½ dl vand og lad det ligeledes stå natten over.
3: Dræn næste dag quinoa- og havregrynsblandingen og kom det i en food-processor sammen med de gelerede chiafrø og de øvrige ingredienser, hold lidt af de poppede rugkerner tilbage.
4: Blend det hele godt sammen til en ensartet dej.
5: Hæld dejen i en form på 1 liter beklædt med bagepapir og top med poppede rugkerner.
6: Bag brødet i ovnen ved forvarmet ovn på 200°C (varmluft 175°C) i ca. 1½ time.
7: Lad brødet køle helt af, inden det skæres ud.
8: Opbevar brødet på køl, og kan med fordel ristet efter et par dage på køl.

ØKOLOGI I DANMARK
1990–2020

ØKO GRYDEBRØD MED HVEDE OG RUG

DET SKAL DU BRUGE

1 brød

350 g kold/lunken vand
50 g Valsemøllen Groft Rugmel, Stenformalet
100 g Valsemøllen ØKO Tipo 00 Hvedemel
350 g Valsemøllen ØKO Hvedemel
200 g surdej (kan udskiftes med 5 g gær)
15 g salt
1 gryde inkl. låg, der kan komme i ovnen
1 hævekurv – enten en rund hævekurv eller en oval hævekurv afhængigt af formen på den gryde, du skal bage i
Rismel til at drysse hævekurv med, så dejen ikke hænger fast

GODT ØKO BAGVÆRK STARTER MED VALSEMØLLEN

SÅDAN GØR DU

1: Kom vand, mel og surdej i en skål til røremaskinen. Hvis du bruger gær i stedet for surdej, skal det opløses i vandet, inden melet kommes i.
2: Ælt dejen på røremaskinen i 2 minutter ved lav hastighed.
3: Tilsæt salt og ælt dejen i 5-8 minutter ved medium hastighed. Hvis dejen endnu ikke har samlet sig om dejkrogen og sluppet skålens kanter, ældes dejen kort på højeste hastighed.
4: Smør en bøtte med olie og kom dejen i. Læg låg på og lad dejen stå ved stuetemperatur eller lidt lunere (26-28°C) indtil dejen er hævet med ca. 30-40 %. Det tager et par timer.
5: Når dejen er hævet, vendes den ud på bordet og formes som en kugle og spændes op. Lad dejen hvile 20-30 minutter utildækket på køkkenbordet.
6: Vend dejen rundt. Spænd dejen op og form den som et brød. Kom dit brød i en hævekurv, der er drysset med rismel. Stil dejen på køl natten over.

Dagen efter:

1: Kom en gryde med låg i ovnen, og tænd på højeste temperatur varmluft. Lad gryden varme rigtig godt op i 45-60 minutter.
2: Vend dejen ud på en plade, snit den i ønsket mønster, så dejen bedre kan hæve og udvikle sig under bagning.
3: Kom dejen i den brandvarme gryde, læg låg på med det samme og stil gryden tilbage i ovnen. Bag brødet ved 230°C i 20 minutter.
4: Tag låget af og skru op til 250°C og bag brødet i yderligere ca. 10 minutter til skorpen er godt gylden.
5: Afkøl på en rist og nyd.

Tip:

Når du bager dit brød i en gryde, så skaber du stort set de samme forhold, som man kun kan opnå i en professionel ovn. Gryden sikrer, at fugten fra brødet forbliver inde i gryden. Det skaber damp, som sikrer, at brødet når at hæve færdigt, danne de karakteristiske lufthuller og udvikle masser af smags- og aromastoffer, inden skorpedannelsen går i gang. Den sikrer også, at varmen fra gryden giver en ensartet og jævn varme til brødet, som også er medvirkende til at opnå en sprød og smagfuld skorpe. Det er vigtigt, at man tager låget af i den sidste del af bagningen, for at give en gylden og sprød skorpe med masser af smag.

ØKOLOGI I DANMARK
1990–2020

GODT ØKO BAGVÆRK STARTER MED VALSEMØLLEN

ØKO BOLLER MED HAMPEFRØ

DET SKAL DU BRUGE

10 boller

5 g gær
160 g surdej
550 g Valsemøllen ØKO Tipo 00 Hvedemel
200 g Valsemøllen ØKO Stenformalet Hvedemel
60 g Valsemøllen Økologiske Hampefrø
10 g salt
1 stk. æg (til pensling)

* * *

SÅDAN GØR DU

1: Rør gæren og surdej ud i vandet.
2: Tilsæt de resterende ingredienser og rør det hele godt sammen på røremaskinen ved middel hastighed i ca. 8 minutter.
3: Kom et klæde over skålen og lad dejen hæve et lunt sted i 1½ time.
4: Hæld forsigtigt dejen ud på et meldrysset bord, så luftboblerne bevares.
5: Form (igen forsigtigt) 10 boller.
6: Læg dem på en bageplade beklædt med bagepapir og lad dem hæve yderligere 30 minutter.
7: Opvarm ovnen til 200°C (180°C varmluft).
8: Pensl bollerne med æg og drys med ekstra hampefrø.
9: Bag bollerne i ca. 15 minutter, til de er lettere gyldne.

ØKOLOGI I DANMARK
1990–2020

GODT ØKO BAGVÆRK STARTER MED VALSEMØLLEN

ØKO PESTOTWISTER MED RØD PESTO

DET SKAL DU BRUGE

20 stk.

Pestotwisters

10 g gær
50 g surdej
1 dl olivenolie
7 dl mælk
1 æg
1 spsk rørsukker
1 kg Valsemøllen ØKO Tipo 00 Hvedemel
12 g havsalt
150 g revet cheddarost

Pesto

1 ps. Valsemøllen Økologiske Rød Pesto

Grøn salat:

100 g salatmix
50 g feta
Valsemøllen Økologiske Græskarkerner

* * *

SÅDAN GØR DU

1: Lun mælken til den er omkring 25°C og kom gær i, rør til den er opløst.
3: Tilsæt rørsukker, salt, æg, olie og mel.
4: Ælt dejen ved lav hastighed (i ca. 10 minutter) til den er glat og slipper skålen.
5: Lad dejen hvile et lunt sted i 2 timer med et klæde over.
6: Lav imens to poser Valsemøllen rød pesto ifølge pakkens anvisning.
7: Vend dejen ud på et meldrysset bord, og rul dejen til en firkant på ca. 40x40 cm.
8: Fordel pesto jævnt på dejen.
10: Drys med cheddarost, så det er godt fordelt (gem lidt til afbagningen).
11: Fold 1/3 af dejen ind mod midten og fold den anden tredjedel ind over den første – nu har du tre lag.
12: Rul dejen ud igen, og skær i alt 10 strimler med en længde på 20 cm og ca. 2 cm brede. Sno hver strimmel ved at tage fat i hver ende og rul dejen modsat hinanden, så den får snoninger.
13: Sæt dem på en bageplade, og lad dem efterhæve i 2 timer med et klæde over til dobbelt størrelse.
14: Pensl med olivenolie og drys dem med ekstra cheddarost.
15: Bages ved 190°C varmluft i ca. 16-18 minutter til de er lettere gyldne.
16: Servér en skål grøn salat til med blandet salat, feta og græskarkerner.

ØKOLOGI I DANMARK
1990–2020

GODT ØKO BAGVÆRK STARTER MED VALSEMØLLEN

GRØNNE ØKO VAFLER MED LAKS OG AVOKADO

DET SKAL DU BRUGE

4 vafler
100 g frisk spinat
1 dl mælk
2 æg
1½ dl Valsemøllen ØKO Stenformalet Hvedemel
1 tsk salt
1 tsk bagepulver
fedtstof til stegning

Topping:
1 avokado
100 g røget laks
50 g frisk spinat
1 lille bæger cremefraiche, 38 %
½ citron
Frisk dild

* * *

SÅDAN GØR DU

Madpandekager
1: Tænd for vaffeljernet.
2: Skyl spinat og blend alle ingredienser sammen til vaflerdej enten med en stavblender eller i en foodprocessor til du får en helt grøn vaffeldej.
3: Pensl vaffeljernet med olie eller smør.
4: Steg vaflerne heri.

Topping
1: Skyl spinat, fjern avokadostenen.
2: Skær avokadoen i skiver.
3: Top vaflerne med en cremefraiche, spinat, røget laks, avokadoskiver og dild efter behov.
4: Smag til med citronsaft.

Tip: Vaflerne er også lækre med kylling ovenpå, i stedet for laks. Klap evt. to vafler sammen, så du får en sandwich ud af det.

ØKOLOGI I DANMARK
1990–2020

KOLDHÆVEDE ØKO FOCCACIASTYKKER

DET SKAL DU BRUGE

10-12 stk.
400 g koldt vand
500 g Valsemøllen ØKO TIPO 00 Hvedemel
150 g surdej (kan erstattes med 10 g gær)
12 g salt
3-4 tsk olivenolie
Flagesalt til at drysse med

Fyld i sandwich:
Salat
Valsemøllen Økologisk Hummus
Parmaskinke
Radiser
Agurk
Valsemøllen Økologiske Hampefrø

SÅDAN GØR DU

1: Kom vand og mel i skålen til din røremaskine. Rør det sammen til der ikke er mere tørt mel. Lad det stå til autolyse i 30-60 minutter – det gør det langt nemmere og hurtigere at ælte dejen.
2: Kom surdej og salt i dejen og ælt den på din røremaskine ved lav/medium hastighed i 5 minutter.
3: Skru op for hastigheden og ælt dejen færdig til den slipper skålens kanter og samler sig om dejkrogen.
4: Kom dejen i en beholder smurt med olivenolie. Så slipper dejen nemmere, når den skal vendes ud igen.
5: Lad dejen hvile ved stuetemperatur i et par timer indtil der kan ses aktivitet i dejen i form af små luftbobler.
6: Kom dejen i køleskabet natten over.

Dagen efter:
1: Tænd ovnen på 250°C varmluft.
2: Vend dejen ud på bordet og del den i 10-12 stykker.
3: Kom dem på en bageplade beklædt med bagepapir.
4: Drys med lidt olivenolie og tryk det forsigtigt ned i dejen.
5: Afslut med af drysse lidt flagesalt over, inden foccaciastykkerne bages i ovnen i 10-15 minutter til de er godt gyldne.
6: Afkøl på en rist og nyd.

ØKOLOGI I DANMARK
1990-2020

GODT ØKO BAGVÆRK STARTER MED VALSEMØLLEN

ØKO PITABRØD

DET SKAL DU BRUGE

12 stk.

425 g koldt vand
10 g gær
1 spsk sukker
350 g Valsemøllen ØKO Stenformalet Hvedemel
350 g Valsemøllen ØKO Tipo 00 Hvedemel
15 g salt
½ spsk olie til at smøre bøtten med.

* * *

SÅDAN GØR DU

1: Kom vand, gær og sukker i en skål og rør til gæren er opløst.
2: Kom mel og salt i dejen og ælt til den er glat, samlet og slipper skålens kanter. Dejen er nemmest og hurtigst at ælte på en røremaskine, men det kan lade sig gøre i hånden, da det er en ret fast dej.
3: Kom i bøtte smurt med olie og kom låg på.
4: Lad dejen hæve ved stuetemperatur i 60 minutter.
5: Kom dejen på køl til dagen efter.

Dagen efter:

1: Tænd ovnen med et bagestål eller bagesten i på højeste temperatur ved varmluft.
2: Vend dejen ud på et let meldrysset bord.
3: Del dejen i portioner af 100 g.
4: Form hver dejklump til en bolle. Lad dem hvile utildækket i 20-30 minutter på køkkenbordet.
5: Skru ovnen ned til 250°C varmluft.
6: Rul hver dejklump ud til et fladt pitabrød og kom straks pitabrødet i ovnen. Du kan bage 3-4 pitabrød i ovnen samtidig, men læg dem ind efterhånden, som de er klar. Læg dem forsigtigt på det brandvarme bagestål, og lad pitabrødet bage i få minutter ind til det popper op. Du skal bage pitabrødene med det samme, når du har rullet dem ud, da de ellers når at klistre sammen indeni, og dermed har svært ved at poppe.
7: Nyd med det samme.

30
ØKOLOGI I DANMARK
1990–2020

ØKO KARTOFFELPIZZA MED ROSMARIN OG MASCARPONE

DET SKAL DU BRUGE

ca. 10 små pizzaer

Pizzadej

50 g surdej (aktiv og klar til bagning)
1 lille kugle gær (5-10 g)
2 dl vand
1 tsk rørsukker
100 g Valsemøllen ØKO Stenformalet Hvedemel
220 g Valsemøllen ØKO Tipo 00 Hvedemel
1 spsk groft salt
1 spsk olivenolie

Fyld

130 g mascarpone
2 spsk frisk rosmarin
½ tsk flagesalt
1 stor kartoffel
100 g champignon
1 glas artiskokhjerter i olie
1½ klump frisk mozzarella
Frisk rosmarin

Balsamico-glaze

1 dl balsamico
1 lille spsk honning
1 nip flagesalt

GODT ØKO BAGVÆRK STARTER MED VALSEMØLLEN

* * *

SÅDAN GØR DU

1: Kom gær, surdej, vand og rørsukker i en røreskål til en røremaskine, og rør til gæren er opløst.
2: Tilsæt halvdelen af melet, og rør indtil der ingen klumper er.
3: Tilsæt resten af melet sammen med olivenolie og salt, og rør til dejen er lind uden klumper.
4: Ælt dejen i ca. 10-15 minutter. Først på lav hastighed i et par minutter og herefter på høj hastighed.
5: Dejen er ældet færdig, når den er smidig, glat, slipper skålens kanter og kan bestå glutentesten. Glutentesten består i, at du skyller dine hænder med vand, tager et stykke dej mellem to fingre og strækker den. Kan dejen strækkes papirtyndt ud, er den rørt færdig, hvis ikke, rør lidt længere, og lav testen igen.
6: Lad dejen hæve i køleskabet natten over med et fugtigt klæde over (til dobbelt størrelse). Gerne op til 20 timer, men 10-12 timer kan også gøre det.
7: Om morgenen tages dejen ud af køleskabet, og skæres i 10 lige store stykker.
8: Spænd hver klump dej op ved at folde dejen ind under sig selv (som ved fødselsdagsboller). Overfladen skal være glat, fin og rund. Lad de små boller hvile i en times tid på køkkenbordet.
9: Imens tændes ovnen på varmluft 250°C. Lad 2 bageplader stå inde i ovnen og blive varme. Forbered fyldet, imens ovnen bliver klar.

Fyld

1: Hak rosmarin og rør sammen med mascarpone og flagesalt.
2: Skyld kartofler og champignoner, og skær dem i helt tynde skiver.
3: Placer artiskokhjerterne i en sigte, og lad dem dryppe af.

Balsamico glace

1: Imens pizzaerne er i ovnen, laves balsamico-glaze.
2: Varm balsamico, salt og honning op på en pande til det koger. Skru ned på lav varme og lad den simre, indtil massen tykner. Det tager ca. 10 minutter. Hæld i en lille kande og nyd ovenpå pizzaen.

Pizza

1: Træk forsigtigt hver dejklump tynd med hænderne. Brug evt. knytnæven, og vær opmærksom på at gøre det hurtigt og effektivt, så dejen ikke går i stykker.
2: Kom dem over på et stykke bagepapir, og fordel fyldet. Lad 1-2 cm af pizzaens kant være tomme for fyld, så kanten kan hæve op og blive sprød. Start med et tyndt lag mascarpone, skiver af champignon og kartoffel, samt artiskokhjerter. Riv små stykker af mozzarellaen, og fordel osten med godt mellemrum mellem hver lille klump.
3: Tag de varme bageplader ud af ovnen, og hiv bagepapir med pizzaerne over på hver sin plade.
4: Bag pizzaerne øverst og nederst i ovnen i ca. 7-10 minutter. Byt evt. plads halvvejs, hvis din ovn ikke bager jævnt.
5: Lad dine pizzaer køle af på en bagerist i et øjeblik, og nyd dem med lidt glaze.

ØKOLOGI I DANMARK
1990-2020

ØKO BRIOCHE BOLLER

DET SKAL DU BRUGE

12 stk. (store)
150 g kold sødmælk
30 g gær
50 g sukker
4 æg, M/L
100 g Valsemøllen ØKO Manitoba mel
(kan erstattes med hvedemel)
400 g Valsemøllen ØKO Hvedemel
8 g havsalt
200 g smør, saltet – cirka 10-15 grader varmt

SÅDAN GØR DU

1: Allerførst, tag din pakke smør ud fra køl og lad den ligge på køkkenbordet – så har smørret den rette temperatur, når du skal bruge den om et lille kvarters tid.
2: Kom mælk, gær og sukker i en skål og rør til gæren er opløst.
3: Slå æggene ud i en skål og pisk dem let sammen med en gaffel.
4: Kom æg og mel i skålen med gær og start ældtningen.
5: Tilsæt saltet og ælt til dejen er glat og begynder at samle sig. Det tager ca. 10 minutter ved lav/medium hastighed.
6: Skær smørret i mindre firkanter og tilsæt dem til dejen lidt af gangen. Ælt dejen yderligere ca. 10 minutter til den er glat, slipper skålens kanter og samler sig om dejkrogen.
7: Lad dejen hæve tildækket ved stuetemperatur i 45 minutter.
8: Vend dejen ud på bordet (jeg drysser ikke med mel – dejen er så rig, at det ikke er nødvendigt). Del bollerne i portioner á 80 g (obs. det er nogle ret store briocheboller – ønsker du dem mindre, så lav boller á 60 g) og form hver dejportion til en bolle.
9: Læg bollerne på to bageplader beklædt med bagepapir, dæk dem med husholdningsfilm og et klæde og lad dem efterhæve i 60 minutter.
10: Tænd ovnen på 220°C almindelig ovn (over/under varme). Kom en tom bageplade ind nederst i ovnen.
11: Kog en liter vand i din elkedel.
12: Pisk et æg sammen med en lille smule salt og pensl briochebollerne.
13: Når ovnen er varm, så sættes én plade boller ind i midten af ovnen. Hæld kogende vand i den nederst bageplade, så der skabes damp inde i ovnen. Luk ovnen hurtigt og lad bollerne bage med damp i 5 minutter. Fjern bagepladen med vand og bag bollerne yderligere 5-7 minutter til godt gyldne. Gentag samme proces med den anden plade boller. Lad afkøle på en rist og nyd.

Obs! Dine briocheboller vil være store og luftige, når de tages ud fra ovnen. Når de køler af, så vil de falde en smule sammen. Det er helt normalt, og blot æggene, der taber lidt af sin opbagning – præcis som når man laver en souffle.

30
ØKOLOGI I DANMARK
1990–2020

GODT ØKO BAGVÆRK STARTER MED VALSEMØLLEN

ØKO PÆRE LOAF

DET SKAL DU BRUGE

1 brød

Pocherede pærer:
3 pærer
1 spsk frisk ingefær
Skallen fra 1 citron
3 spsk ahornsirup

Våde ingredienser:
5 dl havremælk
2 tsk æbleeddike
2 dl æblemos
3 dl brun farin
2 spsk kokossirup
1 dl smeltet kokosolie

Tørre ingredienser:
8 dl Valsemøllen ØKO Hvedemel
1½ spsk bagepulver
2 tsk kanel
2 tsk stødt ingefær
1 tsk nelliker
1 tsk allehånde
1 tsk kardemomme
1 tsk muskatnød
½ tsk salt
1 tsk vaniljesukker

Glasur:
3 dl flormelis
Appelsinsaft

* * *

SÅDAN GØR DU

1: Tænd oven på 190°C.
2: Skræl pærerne og skær bunden af, så de kan stå oprejst uden at vælte.
3: Riv ingefæren og kom det i en lille gryde sammen med citronskal og ahornsirup.
4: Når blandingen bobler tilføjes pærerne, og der hældes kogende vand over dem, indtil de er dækket.
5: Lad dem simre i 7-8 minutter og tag dem derefter op af vandet.
6: Bland havremælk og æbleeddike i en skål.
7: Bland de andre våde ingredienser i en anden skål og rør mælkeblandingen i.
8: Bland i en anden skål alle de tørre ingredienser.
9: Bland nu de våde og de tørre ingredienser og rør godt sammen.
10: Kom dejen over i en brødform, som du enten har smurt med plantebaseret smør eller med bagepapir.
11: Placer de tre pærer i formen, så de står op.
12: Bag i 60 minutter og lad kagen køle helt af, før du fjerner den fra formen.
13: Bland flormelis og appelsinsaft for at lave glasuren. Hæld den på kagen, når den er helt kold.

ØKOLOGI I DANMARK
1990–2020

ØKO KARDEMOMMESNEGLE AF WIENERDEJ

DET SKAL DU BRUGE

18 stk.

Dej

1½ dl mælk (koldt)
50 g gær
15 g rørsukker
Ca. 300 g Valsemøllen ØKO Hvedemel (koldt)
1 æg (koldt)
2 g kardemommefrø
2 g groft salt
20 g smør til dejen (blødt)
250 g smør til udrulning (koldt)

Remonce med kardemomme

100 g smør (blødt)
100 g marcipan
100 g brun farin (eller rørsukker)
15 g kardemommefrø
Saft fra ½ lille økologisk citron (eller ½ for mere fremtræden kardemommesmag)

Sukkervand

25 g vand
25 g rørsukker
2 g kardemommefrø

Yderligere

Perlesukker

GODT ØKO BAGVÆRK STARTER MED VALSEMØLLEN

SÅDAN GØR DU

1: Læg hvedemel i køleskabet, så både mel, mælk, æg og smør er koldt, når du skal arbejde med det.

Remonce

1: Kom alle kardemommefrøene i en morter (19 g i alt, da de skal i både remonce, dej og sukkervand) og stød dem til de har en konsistens som mel.
2: Læg de 4 g kardemomme til side, og kom de 15 g (til remoncen) i en stor skål.
3: Kom resten af ingredienserne til remoncen ned til kardemommen og pisk til remoncen er lys og luftig.
4: Stil den til side på køkkenbordet til den skal bruges.

Dej

1: Opløs gær i mælken sammen med rørsukker. Kom hvedemel, æg, kardemomme og salt ned til væsken, og bland ingredienserne godt. Kom 20 g blødt smør i og ælt dejen i ca. 5 minutters tid på middel hastighed til den er let elastisk.
2: Placer det kolde smør (250 g) mellem to stykker bagepapir, og bank det fladt i en rektangel til det har en tykkelse på ca. 2 cm. Konsistensen skal minde om dejen.
3: Drys med mel inden du lægger dejen på køkkenbordet. Tryk dejen ud i en firkant på ca. 2 cm tykkelse.
4: Placer smørret i midten af dej-rektanglen, tryk smørkanterne en smule ned i dejen og fold dejen ind over smørret fra alle 4 sider.
5: Rul (ikke pres!) nu dejen til en rektangel med en tykkelse på ca. 1 cm. Vend dejen løbende, så den ikke klistrer til bordet. Drys evt. med lidt mere mel.
6: Fold den ene side af dejen ind mod midten. Den anden side foldes ind over den første, så der nu er 3 lag dej. Brug mel efter behov, men fjern det løbende, så melet ikke kommer mellem lagene, men kun bruges for at dejen ikke går i stykker.
7: Gentag denne udrulning 2 gange mere (3 i alt), og lad gerne dejen hvile et par minutter i køleskabet mellem hver runde, så dejen bliver smidig.
8: Når dejen har hvilet efter 3 gentagelser af ovenstående udrulning rulles dejen ud til en rektangel, som måler ca. 40 x 30 cm.
9: Fordel remoncen med en paletkniv på dejen, og rul forsigtigt dejen sammen til en pølse.
10: Skær snegle i en tykkelse på ca. 2-3 cm, og placer dem på to bageplader, hvor luknin-gen er foldet ind under sneglen. Pres sneglenens midte let udad med fire fingre, og læg et klæde over hver bageplade. Lad sneglene hæve på et lunt sted i ca. 45-60 minutter til de er ca. dobbelt størrelse. Tænd ovnen på 200°C varmluft, imens sneglene hæver.
11: Bag sneglene i 12-15 minutter til de er gyldne. Byt evt. rundt på bagepladerne i ovnen undervejs, hvis din ovn bager uens.
12: Imens sneglene er i ovnen laves sukkervandet ved at blande alle ingredienserne grundigt sammen, indtil sukkeret er opløst i vandet.
13: Pensl de lune kardemommesnegle med sukkervand, drys evt. med perlesukker og nyd dem lune eller helt afkølede.

ØKOLOGI I DANMARK
1990-2020

ØKO BROMBÆRTÆRTE MED MANDELCRUMBLE

DET SKAL DU BRUGE

Til 8 personer

Mørdej:
150 g Valsemøllen ØKO Stenformalet Hvedemel
60 g flormelis
75 g blødt smør
2 æggeblommer

Brombærfyld:
300 g friske brombær
50 g lyst rørsukker
1 tsk vaniljesukker
1 spsk maizena majsstivelse

Mandelcrumble:
75 g mandelmel
100 g Valsemøllen ØKO Hvedemel
100 g blødt smør
75 g rå marcipan

SÅDAN GØR DU

1: Smuldr hvedemel, flormelis og blødt smør til det minder om brødkrummer.
2: Saml dejen hurtigt med æggeblommerne. Stop med at ælte, så snart dejen er ensartet.
3: Kom dejen i en frysepose, tryk den lidt flad, og læg den på køl i mindst 1 time.
4: Udrul dejen på et let meldrysset bord i 2-3 mm. tykkelse. Kom dejen op i en tærteform (22 cm i diameter).
5: Fór bunden af tærtedejen med bagepapir og fyld bønner eller linser i. Bag tærten i 10 minutter ved 210°C (190°C varmluft). Lad tærten køle lidt af og fjern bagepapir med bønner eller linser.
6: Bland friske brombær, rørsukker, vaniljesukker og maizena sammen i en skål og lad det trække imens mørdejen ligger på køl. Mos herefter brombærrene med en gaffel. Hæld brombærfyldet op i den bagte afkølede tærteform.
7: Ælt mandelmel, hvedemel, blødt smør og revet rå marcipan godt sammen. Smuldr crumble'en udover brombærfyldet.
8: Bag tærten færdig ved 200 °C (180 °C varmluft) i ca. 30-35 minutter.

Server gerne tærterne med lidt creme fraiche eller vaniljeis.

ØKOLOGI I DANMARK
1990-2020

ØKO BRUNCHPANDEKAGER

DET SKAL DU BRUGE

12 stk.

150 g Valsemøllen ØKO Stenformalet Hvedemel
1 tsk bagepulver
1 tsk sukker
1 tsk vaniljesukker
½ tsk kardemomme (kan undlades)
½ tsk salt
2½ dl mælk
1 æg
Smør til stegning

* * *

SÅDAN GØR DU

1: Kom mel, bagepulver, sukker, vaniljesukker og salt i en skål og bland det sammen.
2: Hæld mælken i langsomt mens du hele tiden pisker.
3: Tilsæt æg og pisk det hele sammen.
4: Smelt smør eller andet fedtstof på en pande og bag pandekagerne til de er gyldne.

ØKOLOGI I DANMARK
1990–2020

VIETNAMESISK ØKO PANDEKAGE

DET SKAL DU BRUGE

Til 2 personer

100 g Valsemøllen ØKO Hvedemel
1 dl vand
1 nip salt
1 æg
1 banan
Smør

* * *

SÅDAN GØR DU

1: Kom hvedemel, vand, salt og æggeblomme i en skål og rør til massen er lind.
2: Pisk æggehviden helt stiv.
3: Vend æggehviden i resten af ingredienserne, til dejen igen er helt lind.
4: Skær bananen i skiver.
5: Varm en pande op med smør på middel/høj varme, og kom halvdelen af pandekagedejen på panden.
6: Fordel halvdelen af bananskiverne på pandekagen, og vend pandekagen når den er stegt gylden på den ene side.
7: Steg den færdig på den anden side, og gentag processen med den anden pandekage.
8: Nyd bananpandekagerne med honning.
9: Hvis du vil lave dem mere, som de laver dem i Vietnam, kan du udskifte halvdelen af hvedemelet med rismel.

ØKOLOGI I DANMARK
1990–2020

GODT ØKO BAGVÆRK STARTER MED VALSEMØLLEN

ØKO HAVREGRØDSPANDEKAGER MED HAMPEFRØ OG HAVREKLID

DET SKAL DU BRUGE

Til 2 personer

200 g færdigkogt grød (kogt på 1 dl havregryn, 1 dl mælk, 1 dl vand og 1 nip salt)
1 spsk Valsemøllen Økologiske Hampefrø
3 spsk Valsemøllen Havreklid
½ tsk kardemomme
½ tsk vaniljesukker
1 nip salt
1 moden banan
1 æg
Smør til stegning

* * *

SÅDAN GØR DU

1: Hvis du ikke har en rest grød liggende, koges havregryn, mælk, vand og 1 nip salt til grød, og køles helt ned.
2: Bland de tørre ingredienser og mos bananen.
3: Kom bananmos, grød og æg ned til de tørre ingredienser, og rør dejen godt sammen.
4: Lad dejen stå og hvile i 15 minutter.
5: Varm en pande op på middel varme, tilsæt en smule smør og steg pandekagerne på begge sider (1-2 spsk dej pr. pandekage).
6: Nyd dem lune. Evt. sammen med bærkompot, friske bær og skyr.

ØKOLOGI I DANMARK
1990–2020