

# GODE MADPAKKER STARTER MED

**VALSE  
MØLLEN**

SIDEN 1899

 **DANSK MEL**



**LÆKRE OPSKRIFTER  
TIL MADPAKKEN**

Udviklet i samarbejde med @Marialottes

# RUGTREKANTER MED CHOKOLADE OG TRANEBÆR

## DEJ:

3 dl Valsemøllen Danske Skårne Rugkerner  
1 dl Valsemøllen ØKO Solsikkekerner  
1 dl Valsemøllen ØKO Græskarkerner  
1 dl Valsemøllen ØKO Hørfrø  
5 dl kogende vand  
15 g gær  
1 dl lunken vand  
20 g sukker  
10 g salt  
200 g Valsemøllen Dansk Rugmel

## FYLD:

100 g mørk chokolade  
100 g tørrede tranebær

## TOPPING:

50 g hasselnødder

**ET NEMT TIP:** Spar tid med vores rugbrødsblanding "Valsemøllen Kernerugbrød". Følg fremgangsmåden på posen, og tilsæt fyld, top med hasselnødder og følg resten af bageprocessen i opskriften.



## SÅDAN GØR DU:

1. Rør skårne rugkerner, solsikkekerner, græskarkerner og hørfrø sammen i en stor skål. Kom kogende vand over, og lad det stå 1 time, så kernerne suger væsken til sig.
2. Opløs herefter gær i en skål med 1 dl lunken vand. Tilsæt sukker, salt og de udblødte kerner. Rør alting godt sammen, og tilsæt rugmel. Rør igen.
3. Hak chokoladen groft, og rør det i skålen sammen med tranebær til alt er godt fordelt, og massen er homogen. Hæld nu dejen i en bradepande på 30 x 20 cm beklædt med bagepapir. Drys med finthakkede hasselnødder på toppen. Skær dejen i trekantforme, og lad dejen hæve i 2 timer ved stuetemperatur med et klæde over.
4. Forvarm ovnen til 180°C varmluft. Bag trekanterne i 45 minutter, til de er gyldne. Del trekanterne fra hinanden, når de er afkølet – måske med lidt hjælp fra en kniv.



### RUGBRØD I NY FORTOLKNING

Masser af dansk rug, frø og kerner toppet med chokolade og tranebær. En lækker og mættende snack i madpakken.

## PIZZA I MADPAKKE- VENLIGT FORMAT

Få den elskede smag af pizza i en lækker bolle, som både små og store vil elske at have med til frokost – og med lidt fuldkorn godt 'gemt'.



# PIZZABRUD

8 stk.

## DEJ:

20 g gær  
250 g lunken vand  
20 g sukker  
20 g olivenolie  
8 g salt  
400 g Valsemøllen Dansk Hvedemel  
100 g Valsemøllen Dansk Hvid Hvede Fuldkornsmel

## FYLD:

1 mozzarellakugle  
100 g skinkestrimler  
50 g tomatpuré  
1 tsk tørret oregano  
1 æg

## SÅDAN GØR DU:

1. Opløs gæren i lunken vand. Tilsæt sukker, olivenolie og salt. Tilsæt mel, og ælt det hele sammen til dejen er lind og slipper skålens kanter.
2. Lad dejen hæve tildækket et lunt sted i 1 time.
3. Hæld dejen ud, og ælt den sammen på bordet. Lav en fordybning i dejen, og kom alt fyld heri. Fold dejen ind over hinanden med en dejspatel, og hak hele tiden dejen sammen, så det danner mange små stykker – sørg for at dejen hakkes godt, men uden at det æltes sammen. Se hvordan på [valsemollen.dk](http://valsemollen.dk).
4. Del forsigtigt den hakkede dej i 8 stykker/brud, og kom dem over på en bageplade beklædt med bagepapir. Lad dem efterhæve i 30 minutter med et viskestykke over.
5. Tænd ovnen på 200°C varmluft. Bag pizzabrudene i 12-15 minutter til de er lettere gyldne og gennembagte. Lad dem køle af på en bagerist.

## ET NEMT TIP: Spar tid med bageblandingen

"Valsemøllen Koldhævede Brunchboller." Følg vejledningen bagpå, men brug lunken vand, og lad dejen hæve 2 timer ved stuetemperatur. Følg derefter resten af opskriften på pizzabrudene ovenfor.





# PESTO-TWISTERS MED FULDKORN

## DEJ:

20 g gær  
200 g lunken vand  
90 g yoghurt naturel  
425 g Valsemøllen  
Dansk Hvedemel  
100 g Valsemøllen  
Dansk Fuldkornshvedemel  
10 g salt

## FYLD:

130 g pesto, rød eller grøn  
150 g revet mozzarella  
1 æg til pensling

## SÅDAN GØR DU:

1. Opløs gæren i vandet. Tilsæt yoghurt, mel og salt. Ælt det hele godt sammen på røremaskine i 5-7 minutter ved mellem hastighed eller med god håndkraft til dejen slipper skålens kanter. Lad dejen hæve lunt i 1 time med et viskestykke over.
2. Slå dejen sammen, og rul den ud til et rektangel på ca. 40 x 30 cm. Smør pesto på, så det er jævnt fordelt, og drys med mozzarella over hele fladen. Fold nu dejen sammen på midten på den lange led, og skær derefter lange strimler med en længde på 15 cm og 1,5 cm i bredden. Se hvordan på valsemøllen.dk.
3. Sno hver strimmel ved at tage fat i hver ende, og sno dejen modsat hinanden. Læg dem over på en bageplade med bagepapir. Lad dem efterhæve i 40 minutter med et viskestykke over. Pensl med et sammenpisket æg.
4. Forvarm ovnen til 200°C varmluft, og bag i ca. 12-14 minutter, til de er lettere gyldne.

**ET NEMT TIP:** Vil du have endnu mere fuldkorn, så kan du bruge bageblandingen "Valsemøllen Grovboller" og følge vejledningen bagpå. Lad dejen hæve 1 time ved stuetemperatur, og følg derefter resten af opskriften på pestotwisters ovenfor.



# VALSEMØLLEN

SIDEN 1899



**RUGKERNESALAT**  
FIND OPSKRIFTEN  
PÅ [VALSEMØLLEN.DK](http://VALSEMØLLEN.DK)

## **DANSK MEL**

I en tid hvor vi alle tænker over, hvilket afsæt vi sætter på verden omkring os, tror vi på, at det giver endnu mere bageglæde at vide, at melet kommer fra korn, der er dyrket, høstet og malet tæt på dig – i respekt for marken, mennesker og miljøet.

