

# Friskuslimpa

Recept på nyttigt och enkelt matbröd med naturell yoghurt och riven morot som ger en saftig och god smak.

1 Bröd  Lyckas lätt  up to 80 Min.



## Ingredienser:

### Ingredienser:

- 2 dl havregryn
- 5 dl siktat dinkelmjöl
- 1 dl krossat linfrö
- 50 g Dr. Oetker Suckat
- 50 g Dr. Oetker Valnötskärnor hackade
- 2 tsk Dr. Oetker Bikarbonat
- 2 tsk salt
- 4 dl naturell yoghurt
- 1 st riven morot
- 3 msk flytande honung eller sirap

- 1** Gör så här:  
Värm ugnen till 175 grader. Blanda alla torra ingredienser i en bunke.
- 2** Rör ner yoghurt, honung och riven morot. Lägg bakplåtspapper i en avlång brödform, ca 30 X 10 cm. Häll smeten i formen och jämna till ytan med en slickepott.
- 3** Grädda längst ner i ugnen i 1 timme och 10 minuter. Låt svalna i formen.