

Focaccia med äpplen



15 min. 174 kcal SteviaSweet Lättströ

Gör så här

Värm upp mjölken till fingervarm temperatur (vid användning av torrjäst till 42 °C). Smula ner jästen, och blanda så att jästen löses upp.

Tillsätt ägg, salt, socker, SteviaSweet Lättströ, kardemumma och rapsolja. Blanda ned lite vetemjöl i taget i degen. Degen ska vara lös. Låt degen jäsa under en duk i 30 minuter.

Värm ugnen till 200 °C.

Skär ut kärnhuset ur äpplena med en äppelurkärnare. Skär äpplena i tunna skivor. Tryck ned degen i en ugnform (24 x 30 cm) och pensla med ägg. Tillsätt äppelskivorna. Strö över rivna hasselnötter, kanel och SteviaSweet Lättströ. Grädda på 200 °C i mitten av ugnen i 20–25 minuter.

Ingredienser för 15 portioner

2 1/2 dl	mjök
25 g	jäst eller
11 g	torrjäst
1	ägg
3/4 tsk	salt
1 tsk	socker
1 dl	SteviaSweet Lättströ
1 tsk	kardemumma
1/2 dl	kardemumma
7 dl	vetemjöl

Pensling

Ägg

Garnering

200 g	äpple
2 msk	rivna hasselnötter
1 msk	SteviaSweet Lättströ
1 tsk	malen kanel

Näringsvärde per portion

174	kcal
733	kJ
5	g Protein
25	g Kolhydrater
6	g Fett