

Formfranska

Formfranska

Ett recept på en supergod formfranska som kommer från Åse 56 kilo som vi var tvungna att testa då det såg så gudomligt gott ut – och det var det också. Luftigt, mättande och underbart att rosta. Perfekt att använda som botten till räksmörgås eller smörgåstårta. Fri från gluten, socker och har ett långt kolhydratinnehåll.

ca 20 st skivor

Ingredienser

4 dl [mandelmjöl](#)

4 dl pofiber

4 msk fiberhusk

3 tsk bakpulver

2 tsk salt

6 ägg

125 gram smör

5 dl fet grekisk/turkisk yoghurt

Gör så här

1. Sätt ugnen på 175 grader.
2. Blanda de torra ingredienserna. Vispa äggen pösiga. Smält smöret. Vispa ner smör och yoghurt i äggen och rör till sist ner de blandade torra ingredienserna. Låt degen svälla i 15 minuter.
3. Smörj en form och klä med bakpapper, klicka ut degen. Pensla med ägg eller mjölk och strö vallmofrön över. Grädda i nedre delen av ugnen i ca 60 minuter. Låt gärna brödet stå kvar på eftervärme en kvart.