

Knäcke med solrosfrön och rosmarin

1 tsk	rosmarin
25 g	jäst
2,5 dl	mjök
1,5 tsk	salt
1 tsk	flytande honung
4,5 dl	vetemjöl
2 dl	grovt rågmjöl
$\frac{1}{2}$ dl	vetekli

Garnering

2 dl	solrosfrön
2,5 msk	rosmarin
2 tsk	flingsalt

- Finhacka rosmarinen. Smula jästen i en bunke.
- Värm mjölken till 37° C. Häll den över jästen och rör tills den löst sig. Tillsätt rosmarin, salt, honung och det mesta av mjölet.
- Knåda degen smidig ca 5 min.
- Jäs övertäckt ca 20 min. Sätt ugnen på 250° C.
- Kavla ut hälften av degen i taget så tunt som möjligt till en platta ca 40 x 40 cm. Strö över hälften av garneringen och kavla degen ytterligare en gång med kruskavel.
- Sporra ut fyrkanter eller rektanglar och lägg på bakpappersklädd plåt.
- Grädda i övre delen av ugnen i 6-7 min. Låt kallna på galler.

