

Tekakor med kokt potatis

Jag har fortfarande fin potatis sedan förra året kvar i jordkällaren, så nu letar jag nya recept med potatis. Idag bakade jag dessa tekakor. De blir väldigt goda och väl värda att pröva. Kanske finns det redan kokt potatis kvar i kylan?



- 25 g vegetabiliskt bordsmargarin, rumsvarmt
- 0,5 dl rapsolja
- 5 dl havremjök barista (3% fetthalt)
- 300 g kokt kall potatis, finriven
- 0,5 dl havreyoghurt
- 50 g färsk jäst eller 1 påse torrjäst (14 g)
- 1 msk salt
- 1 liter stenvarnsmalt siktat vetemjöl
- 3 dl fullkornsmjöl, t.ex. grovt rågmjöl eller fullkornsinkel
- Ca 2,5 dl vetemjöl till utbakningen

Blanda alla ingredienser. Det blir en lös deg som inte ska knådas. Låt jäsa övertäckt 30 minuter i bunken. Sätt ugnen på 250 grader.

Lägg över degen på väl mjölat bakkbord. Det behövs mycket mjöl för att hantera den klibbiga degen. Skär degen i lagom stora bitar. Jag delade den i 12 bitar. Det går enklast om man formar den till en avlång limpa först och sedan kapar av bitar med en degskrapa. Doppa bitarna i mjöl, rulla dem i händerna till bullar, lägg på plåt med bakplåtspapper och platta ut dem till tekakor, ca 1,5 cm tjocka. Arbeta hela tiden med mjölade händer. Tryck handflatorna i mjölet på bakkbordet så fort degen börjar klibba fast i händerna. Låt jäsa i 30 minuter. Grädda i 250 grader tills de fått fin färg, ca 7-10 minuter.

Suzanne Gundler

Tips:

Det går bra att kalljäsa brödet för mer smak och lättillgänglig näring. Man tar då bara 1/4 av den angivna mängden jäst (ca 13 g färsk jäst eller 3-4 g torrjäst). Låt jäsa i kylskåpstemperatur. Jag jäste degen i jordkällaren (ca 7 grader) över natten, 15 timmar.

Gör gärna en dubbel sats, frys ner bröden och tina upp lagom antal vid behov. Om man delar dem så de blir hälften så tjocka, innan man fryser dem, får de plats i brödrosten och kan tinas där direkt från frysen.

Om man gör mindre tekakor, kanske med enbart siktat vetemjöl, kan man använda dem som hamburgerbröd.

Jag har även provat att använda enbart stenkvarnsmalt siktat kulturvete från Saltå kvarn, vilket gav lätta och väldigt luftiga bröd. Om man gör degen med enbart siktat vetemjöl kan man av samma deg göra både siktade tekakor och kakor med litet mer fullkorn genom att använda fullkornsmjöl vid utbakning av en del av degen. Eftersom degen är så lös att det behövs mycket mjöl till utbakningen kan man knåda in ganska mycket fullkorn.

Om det blir mycket mjöl kvar på bakkbordet går det bra att återanvända mjölet. Plocka bara bort ev. degbitar och häll tillbaka i påsen/burken. Man ska inte kasta mat tycker jag.

Degen kan säkert användas till pizzabottnar men då kanske man ska ha mer mjöl i degen så den blir fastare.