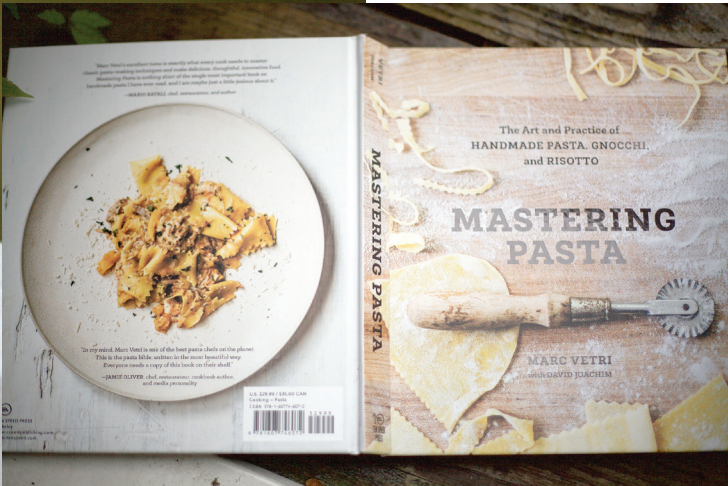




## Mín hveiti- kærleiksváttan:

Eg elski teg hveiti. Ja sannleikin er at eg  
ELSKI nybakað breyð, eg ELSKI eina góða  
pítsa og mest av øllum, so ELSKI eg pasta!  
Lukturin av nýðbakaðum breyði, ljóði av  
eini nýbakaðari pítsa og silkikenslan av  
pasta, ja, tað er lívið! HVEITI møguliga  
(bara møguliga) hevur tú onkra negativa  
ávirkan á meg, men tú gert mær eisini so  
væl. Eg veit væl, at eg kann liva mítt lív  
uttan teg, men elskaði, tað havi eg ikki hug  
til; tí hóast tín ofta bleika hvíta lit, er tað  
tú sum ert løriftið, ið litar mín (mat)heim.

### Breyð grunduppskrift

Hetta er veruliga heimsins lættasta  
breyð, og tað nøktar allan mín tørv.  
Tað skal bara rørast saman og gongur  
yvir náttina, so sjálvt ein stormfullan  
troyttan týsmorgun ber til at unna  
sær luktin av nýðbakaðum. Tað kann  
varierast út í æsir og er lætt at spæla  
sær við.

Til eitt breyð:

- 3 gram av ger
- 3 dl av vatni
- 9 gram av salti
- 400 gram av hveitimjøli

Rør vatn, ger og salt saman til alt er  
uppløyst. Rør síðani hveitimjølíð í. Eg  
plagi at brúka ein gaffil, so sleppi eg  
frá at deiggið klistrar seg fast í hend-  
urnar. Lat deiggi standa yvir náttina  
á køksborðinum.

Morgunin eftir koyrir tú mjøl  
á eitt borð og vendir deigginum í

mjølí. Síðani tendrar tú ovnin á 200  
hitastig. Lat deiggið liggja og hvíla seg  
til ovnurin er heitur. Síðani bakar tú  
breyðið á á leið 15-20 min.

### Græskarbreyð

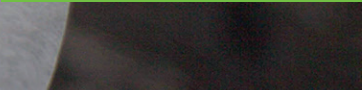
Hetta er ein myrkari útgáva av grund-  
uppskriftini. Eg koyri eittsindur  
minni av mjølí í, tí at hørfræið eisini  
sýgur vesku til sín. Tað er lekkurt at  
venda breyðnum í eyka græskar-  
kjarnum áðrenn tað fer í ovnin. Tú  
stroytur bara eitt sindur av græskar-  
kjarnum á borðið og vendir breyð-  
num í hesum heldur enn í mjølí.

- 3 gram av ger
- 3 dl av vatni
- 9 gram av salti
- 50 gram av hørfræ
- 50 gram av graskarkjarnum (sum  
meira at venda breyðinum í  
áðrenn tað fer í ovnin)



- 150 gram av hveitimjølí
- 150 gram av fullkornshveiti

Rør vatn, ger og salt saman til alt er  
uppløyst. Rør síðani græskarkjarnur  
og hørfræ í, og at enda hveitimjølíð  
og fullkornsmjølíð. Eg plagi at brúka  
ein gaffil, so sleppi eg frá at deiggið  
klistrar seg fast í hendurnar. Lat



deiggi standa yvir náttina á køks-  
borðinum.

Morgunin eftir koyrir tú mjøl  
á eitt borð og vendir deigginum í  
mjølí. Síðani tendrar tú ovnin á 200  
hitastig. Lat deiggið liggja og hvíla seg  
til ovnurin er heitur. Síðani bakar tú  
breyðið á á leið 15-20 min.

### Søtt russinu-súreplabreyð

Onkuntið, kanska ein serligan sunnu-  
morgun, er lekkurt við einum søtari  
breyði. Hetta breyðið verður eyka  
saftugt av rossinum og súreplum  
og smakkar stekt og vetrarligt av  
kardemummu.

- 3 gram av ger
- 3 dl av vatni
- 9 gram av salti
- 1 spsk av hunangi
- 1 spsk av kardemummu
- 50 gram av rosinum

- 100 gram av súrepli, skorðið í  
smáar terningar
- 350 gram av hveitimjølí

Rør vatn, ger, hunang og salt saman  
til alt er uppløyst. Rør síðani rosinur  
og súrepli í, og at enda hveitimjølíð.  
Eg plagi at brúka ein gaffil, so sleppi  
eg frá at deiggið klistrar seg fast í  
hendurnar. Lat deiggi standa yvir  
náttina á køksborðinum.

Morgunin eftir koyrir tú mjøl  
á eitt borð og vendir deigginum í  
mjølí. Síðani tendrar tú ovnin á 200  
hitastig. Lat deiggið liggja og hvíla seg  
til ovnurin er heitur. Síðani bakar tú  
breyðið á á leið 15-20 min.