Tolvsbolimpa - 1 styck

- 2.5 dl grahamsmjöl – gramham flour
- 2.5 dl vetemjöl – flour (wheat)
- 0.75 dl rågsikt – sifted rye flour
- 1 dl havregryn – rolled oats
- 0.75 dl vetekli – wheat germ
- 1 dl vetekross (korn som klippts i bitar) – eng. ??
- 2.5 tsk bikarbonat – baking soda
- 0.5 tsk salt - salt
- 5 dl filmjölk (ibland öka med ca 0.5 dl mild yoghurt) - greek yoghurt? not thick or thin
- 0.75 dl ljus sirap – syrup (light?)

Gör så här:

1. Sätt ugnen på 175 grader
   Smörj (och bröa, crumps) en två-liters avlång form

2. Blanda grahamsmjöl, vetemjöl, rågsikt, havregryn, vetekli, vetekross, bikarbonat och salt i en bunke.

3. Rör ner filmjölk och sirap och arbeta ihop till en kladdig deg.

4. Klicka ner degen i formen och grädda i ca 1 tim 45 min på **nedre falsen** i ugnen.

   Täck brödet med aluminiumfolie efter halva tiden (ca 52 minuter).

5. Låt det färdiggräddade brödet vila en stund i formen innan det stjälps upp. Låt svalna på galler under bakduk.