

Lilla MJÖLSKOLAN

Det finns idag över 50.000 olika spannmålssorter, det resulterar i en mängd olika typer av mjöl och benämningar som ibland kan göra det svårt att hitta rätt mjöl för just det man själv ska baka om man inte är en van bagare och mjölhandlare. Här kommer därför några ordförklaringar till en del mjöl som förhoppningsvis kan hjälpa dig att hitta rätt!

Malningstekniker

Valsmalet mjöl

Den vanligaste förekommande metoden. Kornet passerar roterande räfflade valsar som spräcker kornet i mindre partiklar, mjölpartiklarna sorteras och valsas återigen i finare vals och om igen till önskat mjöl.

Virvelmalet mjöl

Fullkornsmjöl som mals i en rund sten med hjälp av en luftström. Ger finmalet och luftigare fullkornsmjöl med egenskaper likt vetemjöl special.

Stenmalet mjöl

Ett mjöl som mals på stenkvarn blir luddigare och flingigt i strukturen och tar lättare upp vätska jämfört med valsmalet mjöl, vilket i sin tur gör brödet saftigare.

Siktat mjöl

Bryts vid malningen ner och siktas i olika beståndsdelar, s k fraktioner. Man delar upp produkterna som exempelvis: grodd, kli, kärnmjöl, eftermjöl m.m

Rakmalet mjöl

Hela kornet mals ner (fullkornsmjöl) och används som den är. Fullkornsmjöl finns som finmalet och grovmalet.

Mal eget mjöl

Förläng livslängden på ditt mjöl genom att mala eget mjöl hemma! Du hittar flera hela korn på vår hemsida Kolonialvaror.se och kan införskaffa dig en bra och trevlig mjölkvarn från vår systemsida Matrevolution.se

Vetemjöl

Vanligt vetemjöl

Det vanligaste mjölet när man bakar ljusa luftiga bröd och bullar. Vetemjöl har en hög proteinhalt.

Grahamsmjöl

Fullkornsmjöl av vete. Lämpligt till grövre brödtyper.

Lantvetemjöl

Lantvete är ett fiberrikt, grövre siktat vetemjöl som är lämpligt till matbröd.

Bagerivetemjöl

Siktat vetemjöl med mycket protein. Används till vitt matbröd, småbröd, the-, hönö- och hållakakor, finbröd som wienerbröd, sockerkakor och skorpor.

Chapatimjöl

Chapati är en typ av grahamsmjöl där det grova skalet siktats bort och mannagrynen lämnats kvar. Lämpar sig bäst till exempelvis matbröd och pajdegår.

Vetemjöl special

Liknar bagerivetemjöl men är ofta finare siktat, det vill säga vitare. Detta mjöl passar ofta bra till finare kakor och bakverk. Bröd som bakas på vetemjöl special blir lite segare, luftigare och högre samt får en lite hårdare yta.

Ölandsvete

Ölandsvete är en urvetetyp som härstammar från Speltvete. Ölandsvete har naturligt högre protein och lämpar sig till all typ av bakning.

Rågmjöl

Vanligt rågmjöl

Fullkornsmjöl av råg. Detta mjöl används mest till knäckebröd men passar även bra till surdegsframställning.

Rågsikt

Blandning av 40 procent siktat rågmjöl och 60 procent siktat vetemjöl. Perfekt om man vill baka grova, saftiga bröd.

Svedjeråg

En gammal nordisk rågsort som med rätta har fått en renässans. Mjölet används på samma sätt som vanligt rågmjöl, men har en finare och komplexare smak och en dubbelt så hög proteinhalt, vilket ger ett saftigt bröd som håller sig färskt längre.

Siktad råg

Siktat rågmjöl, benämns också som oblandad rågsikt.

Samsikt

Samsikt är grövre siktat än Rågsikt och innehåller 80% Råg och 20% Vete. Samsikt lämpar sig bäst till exempelvis matbröd och pajdegår.

Kultursorter

Enkorn

Det egentliga urvetet, som började odlas för ca 12 000 år sedan i Mellanöstern. Mjölet har ett vekt gluten, som hos emmer och dinkel. Detta gör det snällare mot magen, men kräver lite mer av bagaren

Emmer

En gammal kultursort som sägs vara en korsning mellan enkorn och vetegräs, även kallat tvåkorn. Har ett lite vekare gluten vilket påverkar bakförmågan något, för optimalt resultat kan det vara bra att blanda Emmer med Spelt eller Ölandsvete. Den lämpar sig utmärkt till ett bröd med mycket fullkorn.

Spelt fullkorn

Ett ursädeskorn härstammande från enkorn och tvåkorn. Har ett naturligt högt proteinvärde. Spelt fullkorn är malt på stenkvarn och är lite grövre i konsistensen. Kan användas till matbröd, pajdegår och knäckebröd.

Dinkelmjöl

Dinkel/Speltvete är en ca 5000 år gammal sort. Näringsmässigt skiljer sig äkta dinkel från vete på ett par viktiga punkter: högre proteinhalt, annorlunda glutenkvalité samt högre energi- och mineralinnehåll i dinkel än i vete. Andelen nyttiga fettsyror är också högre. Mjölet ger en fyllig arom med god smak och kan ersätta vete i alla bakverk.

Spelt sikt

Ett ursädeskorn som härstammar från enkorn och tvåkorn. Har ett naturligt högt proteinvärde. Kan användas precis som vetemjöl.

Kornmjöl

Mjöl av sädeslaget korn. Används oftast till norrländska bröd, såsom tunnbröd. Korn innehåller mindre gluten och ger kompakta bröd om man inte blandar med vetemjöl.

Skrädmjöl

Mjöl av rostad havre. Rostningen förlänger hållbarheten hos mjölet.

Glutenfria Mjöl

Kikärtsmjöl

Ett finkornigt mjöl som görs helt av kikärter. En vanlig ingrediens i det indiska köket. Kikärtsmjöl har en ljusgul färg och en lätt nötig smak. Det kan ersätta vanligt vetemjöl i matlagning och bakning.

Kokosmjöl

Kokosmjöl framställs av fruktköttet från kokosnöten som mals till ett fint mjöl. Det har en söt smak som gör att det passar bra till bakning av söta degar, t ex muffins och kakor.

Majsmjöl

Ett glutenfritt mjöl med ursprung från Mexico. Passar till exempelvis tortillas, kaksmet, majsbröd och muffins.

Mandelmjöl

Mandelmjöl görs av mandlar som blancheras (skalas) och mals till mjöl. Likt övriga nötter är mandeln rik på energi tack vare sitt höga fettinnehåll. Mandelmjöl är ljuvligt i söta bakverk som t ex makroner och är en huvudingrediens i mandelmassa. Prova även i matbröd, tårtbottnar, marängar och kakor.

Bovetemjöl

Bovetet är ursprungligen asiatiskt, men nämns i svensk litteratur redan på 1600-talet. Bovete är inget sädeslag, utan är nära släkt med rabarber och ängssyra. Används i bland annat blinier, japansk soba och bretonska galettes.

Rismjöl

Rismjöl görs av långkornigt ris som mals till mjöl. Passar till pajskal, våfflor och pannkakor om man vill ha de riktigt frasiga och är även utmärkt att reda soppor och såser med.

Förvaring & Hållbarhet

Mjöl ska förvaras torrt och svalt. Som regel har mjöl en hållbarhet på cirka sex månader. Gammalt mjöl smakar beskt och jäser sämre. Mjöl ska förvaras torrt i en temperatur som inte överstiger rumstemperatur. Om det står för varmt blir det torrare och de naturliga enzymerna i mjölet påverkas. Ställ inte mjölet i ett skåp eller en låda som är närmast ugnen, kylan eller diskmaskinen, där kan det vara för varmt. Om ni köper stora volymer men inte omsätter det så fort är det bra om ni kan dela upp mjölet i olika bunkar så håller det lite längre.

Spana in alla dessa härliga och goda mjöl, gryner och hela korn på vår hemsida och lycka till med din bakning!

KOLONIALVAROR.se

