

I de fleste ting vi baker bruker vi disse ingrediensene:

- Mel - oftest finmalt hvetemel. I gjærdeig (som f. eks rundstykker og brød) er det fint å bruke sammalt hvetemel og andre meltyper som havre og bygg.
- Egg - gjør baksten myk og luftig, og gir fyldig smak. Hvis du pisker egget, ofte skal dette gjøres sammen med sukker, så får du luft inn i kakedeigen - noe som gjør at kaken hever og blir luftig.
Hvis du pensler f.eks boller med sammenpisket egg vil du få en gyllen skorpe.
- Smør - tilsetter fett og gir smak. Ofte skal smøret smeltes før du har det i deigen. Husk da å avkjøle det igjen. Skal du bake med gjær kan du ta det rett i den kalde melken/vannet som du likevel skal varme opp.
- Sukker - gir baksten søt smak og gir saftige bakevarer ved at det blir flytende når det smelter ved høy temperatur, inneholder også karbohydrater som fungerer som mat for gjæret i gjærbakst.
- Melk eller vann - må være med når du lager gjærbakst. Du kan alltid bytte melk med vann, men melk gir mere smak i det du baker.
- Bakepulver eller gjær - gjør at bakevarene hever seg og blir luftige.
 - Bakepulver bruker vi for det meste i kaker.
 - Gjær bruker vi i boller og brød. Når vi bruker gjær må vannet eller melken være lunkent. Drypp en dråpe på huden din, hvis det hverken er varmt eller kaldt er temperaturen passe. Da må deigen heve ca 30 til 60 minutter. Hvis vi bruker kald væske må deigen heve i mange timer eller over natten.

Allergi/Inntoleranse:

- Hvis noen ikke tåler gluten så tåler de ikke vanlig hvetemel. Da kan du bake med glutenfritt mel som du får kjøpt i alle matvarebutikker.
- Hvis noen ikke tåler melk og smør kan dere bruke vann eller eplejuice i stedet for melk. Det finnes også andre typer melk å få kjøpt, f.eks soyamelk og havremelk. I stedet for smør kan dere bruke margarin. Smør er laget av melk, mens margarin er laget av planter.
Mange som ikke tåler vanlig melk, tåler laktosefri melk. Du får kjøpt både laktosefritt smør og laktosefri melk.
- Egg er også noe en god del ikke tåler. Du finner oppskrifter uten egg på nettet. Ofte er da egg byttet ut med bakepulver.