

Hørkernerugbrød (med Basis Rugbrød Mørk 20/80)



Fremgangsmåde:

Lav iblødsætningen dagen før.

Iblødsætning

400 g Basis Rugbrød Mørk NA (3020104)

2.500 g Skårne rugkerner NA (2305004)

50 g salt

350 g hørfrø (9011000)

3.000 g vand

6.300 g iblødsætning i alt

Hørkernerugbrød med Basis Rugbrød Mørk 20/80

Dejtemperatur: 28-30°C

Køretid*: 15 min.

Liggetid: 30 min.

Dejvægt: 2.000 g

Opslåning: Slå brødene op, og bag dem fritstående som sønderjyske rugbrød

Rasketid*: 20 min.

Bagetemperatur*: Sæt ind ved 250°C, faldende til 180°C. Damp ved indsætning i ovn. Åbn ovnen efter 2 minutter, så dampen kommer ud, og luk så lågen igen. Bag med åbent spjæld resten af bagetiden.

Bagetid*: ca. 45 min. (kernetemperatur mindst 96°C)

*) Vejledende

Opskrift

6.300 g iblødsætning

1.000 g Rugmel stenf. dansk NA (2304304)

750 g Elephant hvedemel dansk NA (2410304)

600 g Basis Rugbrød Mørk 20/80 NA (3020104)

50 g gær

1.300 g vand

10.000 g dej i alt

Ingredienser

Vand, skårne **rugkerner**, stenformalet **rugmel**, **hvedemel**, 4% hørfrø, tørret **hvedesurdej** (**hvedemel**, starterkultur), salt tilsat jod, mørk ristet **bygmalt**, **hvedegluten**, gær, karamelsirup, rapsolie, druesukker, melbehandlingsmiddel (E 300).

Næringsindhold pr. 100g

Energi	881 kJ 211 kcal
Fedt	2,4 g
- mættede fedtsyrer	0,4 g
Kulhydrat	35,6 g
- heraf sukkerarter	1,8 g
Kostfibre	7,7 g
Protein	7,5 g
Salt	1,52 g