

Landbrød/Sønderjyske Rugbrød (med Basis Rugbrød Mørk 20/80)



Fremgangsmåde:

Bemærkning: Må ikke opslås som franskbrød, men skal opvirkes og rulles

Dejtemperatur: 28-30°C

Køretid*: 10 min. langsomt

Liggetid: 30 min.

Dejvægt: Små 1000 g, store 1500 g

Form: Fritstående

Rasketid*: 20 min.

Bagetemperatur*: Som rugbrød. Dampes ved indsætning i ovn

Bagetid*: ca. 40 min.

*) Vejledende

Opskrift

5.000	g Dansk Halvsigtet Rugmel NA (2313005)
1.200	g Basis Rugbrød Mørk 20/80 NA (3020104)
100	g gær
4.000	g vand
10.300	g dej i alt

Ingredienser

54% halvsigtet **rugmel**, vand,
hvedemel, tørret **hvedesurdej**
(**hvedemel**, startekultur), 1,4% mørk
ristet **byg**malt, gær, 1% **rugmel**,
hvedegluten, salt tilsat jod,
karamelsirup, rapsolie, druesukker.

Næringsindhold pr. 100g

Energi	931 kJ 223 kcal
Fedt	1,1 g
- mættede fedtsyrer	0,2 g
Kulhydrat	41,3 g
- heraf sukkerarter	2,1 g
Kostfibre	7,8 g
Protein	7,5 g
Salt	1,14 g