

## 40% Kernerugbrød (med Basis Rugbrød Mørk 20/80)



### Fremgangsmåde:

**Dejtemperatur:** 28-30 min.

**Køretid\*:** 10 min. langsomt

**Liggetid:** 30 min.

**Dejvægt:** 1.100 g

**Form:** 1.8 l rugbrødsform eller aluform nr. 76140

**Rasketid\*:** 45-50 min.

**Bagetemperatur\*:** 250°C, faldende til 180°C. Damp ved indsætning.

**Bagetid\*:** 50-55 min.

\*) Vejledende

### Opskrift

Iblødsætning  
500 g Basis Rugbrød Mørk 20/80  
1.800 g Danske Skårne rugkerner NA  
1.800 g Vand  
4.100 g Iblødsætning i alt

Ovennævnte Iblødsættes dagen før

### Opskrift

4.100 g Iblødsætning  
1.000 g Basis Rugbrød Mørk 20/8  
3.000 g Dansk Rugmel NA  
98 g Gær  
3.200 g Vand  
11.398 g Dej i alt

### Ingredienser

vand, rugmel, 16% skårne rugkerner, hvedemel, tørret hvedesurdej (hvedemel, startekultur), mørk ristet byg malt, hvedegluten, gær, salt til jod, karamelsirup, rapsolie, druesukker.

### Næringsindhold pr. 100g

<b>Energi</b>	640 kJ 153 kcal
<b>Fedt</b>	1,2 g
- mættede fedtsyrer	0,2 g
<b>Kulhydrat</b>	25,3 g
- heraf sukkerarter	1,3 g
<b>Kostfibre</b>	5,8 g
<b>Protein</b>	6,9 g

**Salt**

1,28 g