

Mange Kerne Rugbrød (med Basis Rugbrød Mørk 20/80)



Fremgangsmåde:

Dejtemperatur: 28-30°C

Køretid*: 10 min. langsomt

Liggetid: 30 min.

Dejvægt: 1.100 g

Form: 1.8 ltr. rugbrødsform eller aluform 76140

Rasketid*: 50-55 min.

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

Bagetid*: 50-55 min.

*) Vejledende

Opskrift

3.000 g Danske Sk. rugkerner NA

3.000 g Vand

400 g Basis Rugbrød Mørk 20/80

SÆTTE

S I

BLØD

DAGEN

FØR

800 g Basis Rugbrød Mørk 20/80

ca. Dansk Rugmel NA

1.200 g

1.000 g Vand

Ingredienser

Vand, 35% skårne **rugkerner**, 16% **rugmel**, **hvedemel**, tørret **hvedesurdej** (**hvedemel**, startekultur), mørk ristet **bygmalt**, **hvedegluten**, gær, salt tilsat jod, karamelsirup, rapsolie, druesukker.

Næringsindhold pr. 100g

Energi	468 kJ 112 kcal
Fedt	1,4 g
- mættede fedtsyrer	0 g
Kulhydrat	15,8 g
- heraf sukkerarter	0,8 g
Kostfibre	3,5 g
Protein	7 g
Salt	1,23 g