

Mørkt Rugbrød af Basis Rugbrød Mørk



Fremgangsmåde:

Dejtemperatur: 28-30°C

Køretid*: 15 min. langsomt

Liggetid: 30 min.

Dejvægt: 1.100 g

Form: Aluform 76140

Rasketid*: 50-55 min.

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

Bagetid*: 50-55 min. De sidste 5 min. med åbent spjæld. (Kernetemp. min. 96°C).

*) Vejledende

Opskrift

5.000 g Dansk Rugmel NA

1.350 g Basis Rugbrød Mørk 20/80

105 g Gær

4.600 g Vand

11.055 g Dej i alt

Ingredienser

52% **rugmel**, vand, **hvedemel**, tørret **hvedesurdej** (**hvedemel**, startekultur), mørk ristet **byggmalt**, gær, **hvedegluten**, salt til jod, karamelsirup, rapsolie, druesukker.

Næringsindhold pr. 100g

| | |
|------------------------|--------------------|
| Energi | 891 kJ 213 kcal |
| Fedt | 1,5 g |
| - mættede fedtsyrer | 0,2 g |
| Kulhydrat | 38,2 g |
| - heraf sukkerarter | 3,2 g |
| Kostfibre | 8,8 g |
| Protein | 6,8 g |
| Salt | 1,19 g |