

## 80% Kernerugbrød (med Basis Deluxe 40/60)



### Fremgangsmåde:

Først laves i blødsætning

#### Iblødsætning

600 g Basis Deluxe 40/60

4.200 g sk. rugkerner

4.200 g vand

Ovennævnte sættes i blød dagen før

#### Rugbrødet

**Dejtemperatur:** 28-30°C

**Køretid\*:** 15 min. langsomt

**Liggetid:** 30 min.

**Dejvægt:** 1.200 g

**Form:** Fulton rugbrødsform

**Drys:** Basis Deluxe 40/60

**Rasketid\*:** Ca. 55 min.

**Bagetemperatur\*:** Ca. 190°C. Damp ved indsætning i ovn.

**Bagetid\*:** Ca. 55-60 min.

\*) Vejledende

### Opskrift

9.000 g iblødsætning

2.150 g Basis Deluxe 40/60 NA  
(3022104)

500 g Elephant Hvedemel NA  
(2410004)

1100 g vand

90 g gær

12.840 g dej i alt

### Ingredienser

**38% rugkerner**, vand, **hvedemel**, solsikkekerner, tørret **hvedesurdej** (**hvedemel**, startekultur), hørfrø, **hvedegluten**, mørk ristet **bygmalt**, salt tilsat jod, **hvedeklid**, gær, druesukker, karamelsirup, rapsolie, melbehandlingsmiddel (E300).

### Næringsindhold pr. 100g

<b>Energi</b>	1030 kJ 246 kcal
<b>Fedt</b>	5,4 g
- mættede fedtsyrer	0,7 g
<b>Kulhydrat</b>	36,4 g
- heraf sukkerarter	3 g
<b>Kostfibre</b>	8,4 g
<b>Protein</b>	8,6 g
<b>Salt</b>	1,7 g