

RUGBRØD

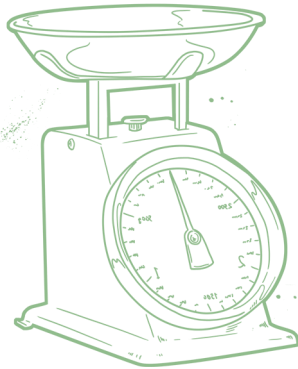
TIL 2 RUGBRØD
TID: 2 DAGE



SÆSON
HELE ÅRET

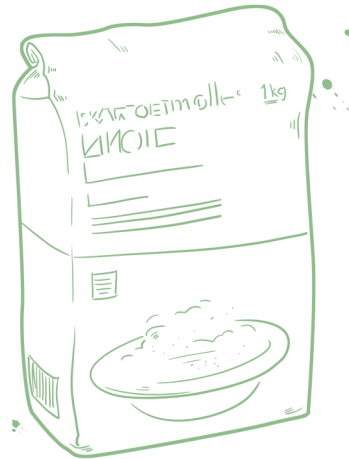
DET SKAL DU BRUGE

- 12 dl. vand
- 4 dl. rugbrødssurdej
- 400 g. knækkede rugkerner
- 400 g. rugmel
- 400 g. hvedemel
- 100 g. solsikkekerner
- 100 g. hørfrø
- 30 g. salt
- 30 g. brun farin
- 2 rugbrødsforme på 2 liter



SÅDAN GØR DU

1. Kom vand og surdej i en stor skål og rør lidt rundt.
2. Hæld resten af ingredienserne i og rør det hele godt sammen, indtil det har konsistens som havregrød.
3. Tag 2 dl surdej fra til næste gang, du skal bage.
4. Kom surdejen i et glas med låg, drys salt udover og stil det i køleskabet.
5. Smør to rugbrødsforme med olie.
6. Fordel resten af dejen i de 2 forme.
7. Dæk formene med et viskestykke og lad det hæve på køkkenbordet i 12-14 timer.
8. Varm ovnen op til 180 grader.
9. Stil formene i ovnene og bag i 90 minutter.
10. Tag brødene ud.
11. Stil dem på hovedet og lad dem køle af i minimum 1 time.



TIPS OG TRICKS

- Surdejen kan holde sig 3-4 uger i køleskabet.
- Rugbrødet er nemmere at skære, hvis det får lov til at stå nogle timer efter, det er bagt.
- Opbevar brødet i en stofpose eller i en brødkasse, så holder det sig bedre.
- Når brødet er blevet halvtørt, kan det skæres i meget tynde skiver på 1-2 mm, pensles med lidt olie og tørres i ovnen ved 120 grader i 25-30 minutter. Så får man rugbrødsschips.
- Har du rugbrød, der er blevet lidt tørt, så prøv at lav en lækker portion øllebrød (se opskrift på øllebrød)
- Tilsæt lidt maltmel (ca. 25g pr. brød) hvis du ønsker et mørkt rugbrød. Malten bidrager også med lidt bitterhed.
- Pynt dit rugbrød, drys solsikkekerner, quinoa, sesam, birkes eller andre frø og kerner på inden det skal hæve.