

Rugbrød med Surdej

Surdej

1 dl gammeldags kærnemælk
1 dl vand
1 dl rugmel
1 tsk groft salt

1 stk rugbrød

Rugbrød

Den første dag:

600 g rugmel
1,5 dl surdej
2 spsk salt
6 dl lunkent vand



Rør det hele sammen til ensartet konsistens. Lad dejen hvile til dagen efter under viskestykke ved stuetemperatur.

Den anden dag:

Husk at tage 2 dl dej fra som surdej inden du tilføjer nedenstående i dejen. Surdejen opbevares i glas / boks i køleskabet. Tilføj gerne lidt vand og rugmel ca. hver fjerde dag.

Hvis du vil have dit rugbrød mørkt, tilføjes ca. ¼ dl mørkt maltekstrakt til din rugbrødsdej. Her skal du være opmærksom på at dejen måske hæver noget hurtigere.

¼ dl mørkt maltekstrakt (kan undlades)

300 g skårne rugkerner (som udgangspunkt), evt. halvdelen knækkede rugkærner

80 g solsikkekerne. Kan erstattes med Græskarkærner, (kan helt undlades),

80 g hørfrø (kan helt undlades)

ca. 3,1 dl lunkent vand

Rør kernerne og vandet ud i dejen. Den må ikke blive alt for våd, men skal have konsistens som en lidt grov havregrød. Hvis den bliver for våd, er den svær at bage, hvis den bliver for tør er det fordi kernerne ikke får nok vand at opsuge under efterhævningen.

Hæld rugbrødsdejen i en god, slip-let rugbrødsform og efterhæv i mindst 6 timer, - gerne mere under et viskestykke.

Drys evt. med lidt solsikkekerner og bag brødet i ca. 1 time og 50 min. i en 175 grader varm ovn på den nederste ribbe. Efter tiden er gået skal skorpen ovenpå være ret hård og brødet skal slippe formen med lethed. Afkøl brødet på en rist i flere timer, ellers vil brødet være umuligt at skære.

SAF den 13. marts 2014 – sidst opdateret 16. november 2024

<http://froeslev.com/froeslevs-opskrifter/rugbroed>