

Rugbrød

Dag 1:

200 g. mørk surdej

Dag 2:

100 g. hele rugkerner
vand

200 g. skårne rugkerner
100 g. rugmel
150 g. hvedemel
100 g. ruggryn
400 ml. koldt vand
1 nisseøl

Dag 3:

325 g. rugmel
25 g. hørfrø
50 g. græskarkerner
50 g. solsikkefrø
4 ss. brændt maltmel
4 ss. ahornsirup
8 ts. salt

1. Tag surdejen ud af køleskabet, rør i den og lad den stå ved stuetemperatur natten over.
2. Kog rugkernerne 30 min. i rigeligt vand. Sluk for blusset og lad dem køle af i vandet.
3. Dræn rugkernerne godt for vand og hæld dem i surdejen.
4. Bland resten af dag 2s ingredienser i med en ske.
5. Lad dejen stå en halv time og rør den godt igennem igen.
6. Dæk skålen med låg eller film. Lad fordejen stå ved stuetemperatur i 20-24 timer.
7. Tilsæt dag 3s ingredienser og bland godt. Dejen skal have konsistens som tyk, tyk grød.
8. Hæld dejen i en rugbrødsform (min. 3,3 l.) og sæt film over.
9. Lad dejen hæve ved stuetemperatur til den er en cm. eller to fra kanten på formen (et par timer).
10. Bag ved 190° i 80-145 min. indtil kernetemperaturen er 98°. Bag først 45 min., sæt derefter stegetermometer i.