

## Økologisk Rustikt Græskarkernebrød



### Fremgangsmåde:

**Beskrivelse:** Alle ingredienser hældes i æltekarret, undtagen ca. 500 g vand og 130 g salt. Når dejen er kørt 5 min. langsomt + 5 min. hurtigt, tilsættes de sidste 500 g vand, og dejen køres igen 5

min. hurtigt. I de sidste 2 min. af æltetiden tilsættes 130 g salt.

**Dejtemperatur:** 25-27°C

**Køretid\*:** 5 min. langsomt + 5 min. hurtigt + 5 min. hurtigt

**Liggetid:** 120 min. i boks/kasse. (60 min. i boks/kasse hvis brødene skal over køl til næste dag. Brødene sættes 1 time på frost, så på køl. Dag 2 tages brødene ud fra køl og tempereres i bageriet til en kerntemperatur på min. 15°C, hæves til ønsket volumen)

**Dejvægt:** Brød: 650 g , Baguettes: 400 g, Stykker: 120-150 g

**Dekoration:** 50 % hakkede øko. græskarkerner + 50 % Øko Havregryn.

**Rasketid\*:** 60 min. tørrask eller til ønsket volumen.

**Bagetemperatur\*:** Stikovn: Indsættes ved 230°C, damp efter 2 min. og temp. sænkes til 210°C Herdovn: Indsættes ved 250°C, damp efter 2 min. og temp. sænkes til 230°C

**Bagetid\*:**

Brød: 30 min. + 10 min. med åbent spjæld

Baguettes: 20 min. + 5 min. med åbent spjæld

Stykker: 15 min. + 5 min. med åbent spjæld

\*Vejledende

### Opskrift

2.200 g	Økologisk Tipo "00", SigNatur (2415704)
500 g	Økologisk Rugmel, SigNatur (2307004)
1.500 g	Økologisk Durum Fine (9295205)
800 g	Økologisk Basis Hvedebrød, Signatur (3430004)
800 g	økologiske græskarkerner (9111180)
80 g	gær (40 g tørgær)
130 g	salt (10056)
3.800 g	vand
9.810 g	dej i alt

### Ingredienser

Vand, økologisk **hvedemel**, økologisk **durumhvedemel**, 9% økologiske græskarkerner, økologisk **rugmel**, tørret økologisk **speltthvedesurdej** (økologisk **speltthvede**, starterkultur), salt tilsat jod, økologisk **rugsigtemel**, gær, økologisk **hvedegluten**, tørret økologisk **surdej** (økologisk **hvedemel**, starterkultur), melbehandlingsmiddel (E300).

### Næringsindhold pr. 100g

<b>Energi</b>	1022 kJ 244 kcal
<b>Fedt</b>	5,3 g
- mættede fedtsyrer	1 g
<b>Kulhydrat</b>	39,3 g
- heraf sukkerarter	1 g
<b>Kostfibre</b>	2,8 g
<b>Protein</b>	9,9 g
<b>Salt</b>	1,4 g

