

Økologiske kernerugbrød

Iblødsætning

Økologiske, skårne rugkerner	2.800 g
Økologiske hørfrø	700 g
Vand	3.500 g

Sættes i blød dagen før i koldt vand eller tre timer før i 70 °C varmt vand

Grunddej

Iblødsætning	7.000 g
Økologisk rugmel	3.250 g
Økologisk rugsigtemel	3.250 g
ØKO-FERTIGSAUER	500 g
ØKO-BROTMALZ	300 g
ØKO-RUGOMALT	200 g
Salt	220 g
Gær	125 g
Vand (ca.)	4.400 g

Topping

Økologisk rugmel og økologiske hørfrø 50/50

Æltetid:	20 min. langsomt
Dejtemp.:	28 – 30 °C
Liggetid:	Ca. 30 – 45 min.
Dejvægt:	600 g / 1.000 g
Opslåning:	Som normalt for rugbrød. 600 g i miniform 14 cm x 9 cm x 7 cm, 1.000 g i form 10 x 10 x 18
Rasketid:	Ca. 50 min.
Bagetemp.:	230 °C > 180 °C med damp
Bagetid:	600 g: ca. 40 min. 1.000 g: ca. 50 min.
Topping:	10 g til brød på 600 g, 20 g til brød på 1.000 g

Fortsættes på bagsiden

OPSKRIFT SERVICE



IREKS BAGECENTER
SKANDINAVIEN
Broenge 13
2635 Ishøj
DANMARK
Tel.: +45 43718270
Fax: +45 43718370
info@ireks.dk
www.ireks.dk

The logo consists of a stylized, dark red leaf or flame-like shape above the word 'IREKS' in a bold, dark red, sans-serif font.

IREKS

Beregnet næringsværdi pr. 100 g brød:

Energi	935 kJ (222 kcal)
Fedt	2,8 g
- heraf mættede fedtsyrer	0,4 g
Kulhydrat	38,8 g
- heraf sukkerarter	4,6 g
Kostfibre	7,3 g
Protein	6,3 g
Salt	1,3 g



OPSKRIFT SERVICE



IREKS BAGECENTER
SKANDINAVIEN
Broenge 13
2635 Ishøj
DANMARK
Tel.: +45 43718270
Fax: +45 43718370
info@ireks.dk
www.ireks.dk



IREKS