

Fuldkornsrugbrød 40 % kerner

Kan fuldkornsmærkes

OPSKRIFT SERVICE

Sk. rug	4.000 g
Salt	200 g
Vand	4.000 g
Sættes i blød dagen før	
100 % fuldt formalet rugmel	5.000 g
100 % fuldt formalet fuldkornshvedemel	1.000 g
IREKS FULDKORN RUGSUR	540 g
RUGOMALT	150 g
Gær	150 g
Vand ca.	5.000 g

Æltetid	15 min. langsomt
Dejtemp.	28°C
Liggetid	30 min.
Dejvægt	1.200 g. I aluform 76230. Vendes i kerneblanding
Rasketid	Ca. 60 min.
Bagetemp.	Som normalt for rugbrød
Bagetid	Ca. 45 min.

Beregnet næringsværdi pr. 100 g brød uden topping:

Energi	801 kJ (190 kcal)
Fedt	1,3 g
- heraf mættet fedt	0,3 g
Kulhydrat	35 g
- heraf sukkerarter	4,0 g
Kostfibre	8,0 g
Protein	5,5 g
Salt	1,1 g



Det bagte brød indeholder 57 %
Fuldkorn (QUID)

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

IREKS