

Nordens rugbrød

Brødet kan fuldkornsmærkes

OPSKRIFT SERVICE

Iblødsætning

Knækket rug	2.000 g
Vand, koldt	2.000 g
Sættes i blød dagen før	

Grunddej

Iblødsætning	4.000 g
Rugmel	4.000 g
IREKS NORDBRØD	4.000 g
IREKS FULDKORN RUGSUR	560 g
RUGOMALT	200 g
Salt	130 g
Gær	150 g
Vand	(Ca.) 6.700 g

Æltetid:	20 min. langsomt.
Dejtemp.:	28 °C
Liggetid:	Ca. 30 min.
Dejvægt:	1.100 g i form 75165
Rasketid:	Ca. 50 min.
Bagetemp.:	Som normalt for rugbrød
Bagetid:	Ca. 50 min. med damp.

Beregnet næringsværdi pr. 100 g brød uden topping:

Energi	907 kJ (216 kcal)
Fedt	4,6 g
- heraf mættede fedtsyrer	0,8 g
Kulhydrat	27 g
- heraf sukkerarter	3,6 g
Kostfibre	7,9 g
Protein	13 g
Salt	1,2 g

Det bagte brød indeholder 40 % fuldkorn (QUID)

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



IREKS