

# Rugbrød

Opskrift til 1 rugbrød

Det her rugbrød er sådan et du kan have klar på få timer. Så får du lige lyst til rugbrød, er det bare at komme i gang. Med denne opskrift behøver du ikke vente til i morgen

Forberedelsestid

15 minutter

Tilberedelsestid

2 timer

Samlet tid

2 timer og 15 min

## Ingredienser

- 15 g gær
- 2 tsk. salt
- 2 spsk. olie
- 1 lille spsk. honning
- 3 dl lunken vand
- 100 g surdej
- 60 g hørfrø
- 60 g knækket rugkerner
- 80 g solsikkekerner
- 120 g hvedemel
- 260 g groft rugmel
- Til toppen: 1 æggeblomme, solsikkekerner og blå birkes

## Sådan gør du

1. Kom gær, salt, olie, honning, vand og surdej i en røremaskine og giv den et par minutter stille og roligt, til gæren er opløst
2. Kom frø, kerner og mel ved og begynd forsigtigt at sætte omdrejningen op. Når det ikke sprøjter med melet mere, kan du sætte den helt op. Giv dejen 10 minutters tid ved høj omdrejning på maskinen (kan også røres i hånden - kræver bare lidt kræfter og tålmodighed)
3. Kom et klæde over dejen og lad den hæve i skålen på køkkenbordet i 1,5 time
4. Tænd ovnen på 200 grader
5. Kom dejen i en rugbrødform (jeg bruger en silikoneform og behøver derfor hverken bagepapir eller smørelse)
6. Pensl med æggeblomme og drys med solsikkekerner og birkes
7. Kom brødet i ovnen og bag det i en lille halv time. Vip brødet ud af formen og lad det bage 10 minutters tid ekstra sådan.
8. Tag brødet ud og lad det køle på en rist