



## Gammeldags Rugbrød!

### Ingredienser

#### Surdej

- 4 dl rugmel
- 3 dl kærnemælk eller yoghurt naturel
- ½ tsk salt

#### 1. dag

- 300 g hvedemel
- 900 g rugmel
- 1,2 l vand
- 2-3 spsk salt (efter smag og behag)
- surdej

#### 2. dag

- 1 dl hvidtøl, maltøl eller hvad du nu har
- 1 dl vand (alternativt kan man bruge en ekstra dl. øl)
- 1 spsk brun farin eller maltekstrakt
- 200 g flækkede eller knækkede rugkerner
- 200 g rugmel
- 100 g hørfrø
- 100 g solsikkekerner

Variationer:

- Hvis du vil bage mørkt rugbrød, erstatter du frø og kerner med 400 g rugmel.

## **Fremgangsmåde**

### Surdejen

Rør rugmelet sammen med yoghurt og salt i en lille skål. Sæt film over skålen og lad det stå i 2–3 dage ved stuetemperatur (ikke for varmt) og rør rundt en gang om dagen.

### 1. bagedag

Bland rugmel og hvedemel og rør vandet i lidt ad gangen. Rør saltet i sammen med surdejen. Dejen er ret lind. Sæt dejen til hævnings 1 døgn ved stuetemperatur.

### 2. bagedag

Rør øl, vand, farin, rugmel, solsikkekerner, hørfrø og rugkerner i den hævede dej. Tag et par dl af dejen fra og gem til næste gang, der skal bages. Surdejen kan holde sig i ca. 14 dage i køleskab – eller den kan fryses, hvis der skulle blive for lang tid mellem bagningerne. Fordel dejen i to smurte forme, hver på ca. 1½ liter. Drys evt. nogle af de frø og kerner du har puttet i dejen. Det pynter, smager, og så virker det som en slags "ingrediensliste" for dit rugbrød! Lad brødene efterhæve med et klæde over i 6-8 timer.

Bag brødene ved 180 grader i 1 time og 40 minutter i alm. ovn (ikke varmluft). Tag brødene ud af formene og pak dem ind i et fugtigt, rent viskestykke og put dem i en frysepose. På den måde undgår du at skorpen bliver hård. Det er bedst at lade dem stå til næste dag – så er de nemmere at skære.