

# Danmarks Bedste Rugbrød 2022

Michael Nielsen, Karise Bageri, Skolegade 4

## Perma 1

### Blødsætning:

3000	gr	øko skåetrug
1000	gr	solsikke
220	gr	flage salt
4500	gr	vand

### Hovedopskrift:

4500	gr	øko-rugmel	(Bornholms valsemølle)
550	gr	Øko-Fertigsauer	(ireks)
1500	gr	Øko fuldkornsspelt	(Bornholms valsemølle)
1000	gr	øko ølands hvede	(Bornholms valsemølle)
450	gr	øko lysbrødmalt	
120	gr	øko - gær	
5400	gr	vand	
8720	gr	i blødsætning	



### Pynt:

drysseset rugmel

Blødsætning:	det hele sætte i blød
Dejføring og æltetid:	køre i en arbejdes gang
Dejtemperatur:	28
Liggetid/sted:	30 Box i bageriet
Dejvægt:	1100
Udbytte:	20
Bearbejdning/ Opslåning:	vejes direkte i form efter endt ligge tid
Raskning:	30-45 raskeskab
Inden afbagning:	drysse med rugmel
Ovn:	stik
Ovntemperatur:	Indsætning: 240 med 12 sek. damp Afbagning: 180
Bagetid:	45 min. - spjæld åbnes efter 0 min

Tankerne bag det udviklede brød:

er lavet i sammen arbejde i en øko-landsby og med gode råvare. et rugbrød alle kan lide, barn, ung og gamle uden tænder.

---



Se flere opskrifter på [www.bkd.dk](http://www.bkd.dk)