

Havard

Iblødsætning

Rugkerner	750 g
Hvedekerner	750 g
Solsikkekerner	750 g
IREKS LYS MALTEKSTRAKT	300 g
IREKS FLYDENE HVEDESUR	300 g
Vand	2.250 g

Sættes i blød dagen før med koldt vand

Grunddej

Iblødsætning	5.100 g
Fordej – se separat opskrift	4.000 g
Hvedemel	2.400 g
Fuldkornshvedemel	1.850 g
IREKS CIA 10	1.000 g
Gær	200 g
Vand	Ca. 2.000 g

Topping

Havreflager og rugdrys 50/50

Æltetid:	6 min. langsomt + 8 – 10 min. hurtigt
Dejtemp.:	27 °C
Liggetid:	Ca. 30 min.
Dejvægt:	600 g
Rasketid:	Natten over på køl under plastik som opslået brød.
Bagetemp.:	Som normalt for koldhævet
Bagetid:	Ca. 35 min.
Fremgangsmåde:	Slås op og vendes i havreflager og rugdrys. Brødene sættes på køl med plastik over og koldhæver til næste dag, hvor de tages ud fra køl, slår kulden af, snittes med et S snit på toppen og et i hvert af S bølgen.

OPSKRIFT SERVICE

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



IREKS

Fortsættes på bagsiden

Ingredienser

Hvedemel, hvedefuldkornsmel, vand, hvedesurdej (vand, **hvedemel**, starterkultur, gær), **rugkerner, hvedekerner**, solsikkekerner, maltekstrakt (**bygmalt**, vand), **havreflager, rugdrys**, salt tilsat jod, gær, **hvedegluten**, dextrose, syrer: E 270, E 260; **hvedemaltmel**, melbehandlingsmiddel ascorbinsyre

Beregnet næringsværdi pr. 100 g brød inkl. topping:

Energi	1.269 kJ (301 kcal)
Fedt	4,9 g
- heraf mættede fedtsyrer	0,7 g
Kulhydrat	50 g
- heraf sukkerarter	3,3 g
Kostfibre	5,9 g
Protein	11 g
Salt	1,9 g

