

## ADAMS RUGBRØD F

**Til 2 store rugbrød af 1900 g**

Her er opskriften på det rugbrød som jeg holder allermost af at lave derhjemme, det er ikke svært og hvis du bruger en god økologisk rug, mel og kerner og følger opskriften, lover jeg at du får et af de mest velsmagende rugbrød (med saftig tæt krumme og sprængende sprød skorpe) som du nogensinde kommer til at smage.

Kvaliteten af den mel du bruger er som alt andet i madens verden - afgørende for et godt resultat

**Ingredienser**

2 rugbrødsforme a ca. 3 liter  
12 dl vand  
1 øl af 33 cl, gerne porter  
800 g knækkede rugkerner eller skåret rug  
250 g solsikkekerner  
100 g brune sesamfrø  
75 g honning  
400 g surdej  
950 g rugmel  
42 g salt  
Smør til smøring af forme

**Kerneblanding 6-10 timer før:**

Start med at blande vand, øl, rug-kerner, solsikkekerner, sesam, honning og 100g af surdejen sammen i en skål og lad det stå natten over på køkkenbordet.

**Rugbrødsdej:**

Bland surdejen i kerneblandingen og derefter rugmel og salt og ælt godt igennem.

Smør brød formene med smør og fordel rugbrødsdejen i formene. Formen skal være fyldt 2/3 op med dej.

Pres dejen i et ensartet jævnt lag med en våd hånd, så dejen ikke klitrer, og prik et ensartet hullet mønster i overfladen med en gaffel. Kom et let opvredet viskestykke over og lad brødene hæve i 12-24 timer på et køligt, men ikke et koldt sted. Den optimale temperatur er ved 12-15 grader. Dejen skal hæve med 25-30 %, dvs. op til kanten af formen. Hvis brødet hæver færdigt op på et tidspunkt, hvor man ikke kan nå at bage det, eksempelvis sent om aftenen, kan man bremse processen ved at sætte brødene i køleskabet til næste dag og bage dem om morgenen i stedet. Rugbrødet vil herved blive en anelse syrligere pga. den længere hævetid.

**Bagning:**

Varm ovnen op til 165 grader.

Pensl forsigtigt brødets overflade med lidt smeltet smør og bag det i den varme ovn i 1 time og 45 minutter.

Tag brødet ud af formen og bag det 15 minutter uden form.

Tag brødet ud af ovnen og lad det køle helt af på en rist.

Rugbrødet smager fantastisk efter et par timer, hvor skorpen er meget sprød og krummen fugtig, men brødet vil være lettere at skære i skiver, og skorpen vil blive blødere, efter 1 døgn tid. Opbevar rugbrødene i en plastikpose, når de er kølet helt af.

Brødet kan holde sig i op til 7-8 dage og husk: Sæt aldrig rugbrød i køleskabet, da det bliver tørt og mister smag.

