

Rosensundt kernebrød – februar 2012

Til ca. 3-4 store og fantastiske brød

1300 g hvedemel

250 g hørkerner

250 g solsikkekerner

250 g sesamkerner

250 g

50 g gær

3 spsk havsalt

30 g mørk sirup

4 revne pigeonsæbler

4 revne gulerødder

4 revne kogte kartofler

lidt kogt overskudsris

Og så vel ca. 700 g overskuds surdej.

Rosensundt kernebrød – marts 2012

Til ca. 3 brød

7 dl vand

800 g hvedemel

135 g hørkerner

125 g solsikkekerner

100 g sesamkerner

100g speltflager

134 g græskarkerner

243 g kogt overskudsris

86 g kogt overskudsbulgur

122 g kogt overskudsærter

4 revne spartanæbler – med skræl

5 revne gulerødder

24 g gær

3 spsk havsalt

30 g mørk sirup

40 g rapsolie

Og så vel ca. 300 g overskuds surdej.

Kernerne sættes i blød i vandet aftenen i forvejen – samtidig med at der er sat surdej over til rugbrød.

Vand fra kernerne hældes i dejfadet med en surdej (de 300 g, som der ikke blev plads til rugbrødsformen).

Heri opløses gæren. Så hældes hele svineriet - minus ca. 300 g hvedemel – i dejfadet. Der røres helt vildt og resten af melet tilsættes gradvis til en fornuftig konsistens, so man gider arbejde med.

Derefter er det ret traditionelt: dejen hæver 1 – 5 timer, som det nu kan passe. Så rulles de tre brød og kommes i forme – så efterhæves 1 – 5 timer, som det nu kan passe. Så smides de i ovnen ved 175 g på varm luft 45 min. 1 time – og vupti der er lækre brød.

Rosensundt kernebrød – marts 2012

Til 2 brød

6,5 dl vand

800 g hvedemel

135 g hørkerner

130 g solsikkekerner

125 g sesamkerner

125 g speltflager

0 g græskarkerner

0 g kogt overskudsris

0 g kogt overskudsbulgur

0 g kogt overskudsærter

4 revne pigeonsæbler – med skræl og kernehus

5 revne gulerødder

0 g gær

3 spsk havsalt

30 g mørk sirup

40 g rapsolie

Og så vel ca. 300 g surdej.

Kernerne sættes i blød i aften forvejen – samtidig med at dejen lægges.

Vand fra kernerne hældes i dejfadet med en surdej (de 300 g, som der ikke blev plads til rugbrødsformen).

Morgen: Så hældes hele svineriet - minus ca. 300 g hvedemel – i dejfadet. Der røres helt vildt og resten af melet tilsættes gradvis til en fornuftig konsistens, som man gider arbejde med. Hæver til aften

Aften: Der formes to brød som lægges i forme og hæver til næste morgen.

Så smides de i ovnen ved 175 g på varm luft 45 min. 1 time – og vupti der er lækre brød

Til 2 brød

8 dl vand

900 g hvedemel 350 Øland / 550 alm

130 g hørkerner

125 g solsikkekerner

120 g sesamkerner

110 g speltflager

125 g græskarkerner

0 g kogt overskudsris

0 g kogt overskudsbulgur

0 g kogt overskudsærter

1 revne æble – med skræl og kernehus

2 revne gulerødder

0 g gær

3 spsk havsalt

30 g mørk sirup

40 g rapsolie

Og så vel ca. 300 g surdej.

Kernerne sættes i blød i aften forvejen – samtidig med at dejen lægges.

Vand fra kernerne hældes i dejfadet med en surdej (de 300 g, som der ikke blev plads til rugbrødsformen).

Morgen: Så hældes hele svineriet - minus ca. 300 g hvedemel – i dejfadet. Der røres helt vildt og resten af melet tilsættes gradvis til en fornuftig konsistens, som man gider arbejde med. Hæver til aften

Aften: Der formes to brød som lægges i forme og hæver til næste morgen.

Så smides de i ovnen ved 175 g på varm luft 45 min. 1 time – og vupti der er lækre brød