BAKA

Rågsurdegsbröd med pumpakärnor

Kock: **Michael Hoffman** Tid: **90 min** Portioner: **10**

90

Ett bra bröd är för mig det absolut viktigaste på frukostbordet, förutom kaffet då såklart. Ett bra bröd enligt mig är bakat på surdeg med enbart äkta råvaror och en gnutta hantverkskärlek. Testa att baka surdegsbröd du också, det är inte alls så svårt som det kanske verkar.

Tillkommer jästid på 12 timmar samt tid för att starta surdegsgrund om man inte redan har en.

INGREDIENSER

650 g grovt rågmjöl, ekologiskt
350 g vetemjöl, ekologiskt
700 g vatten, rumstempererat
30 g havssalt
250 g aktiv surdeg
0.5 dl mörk sirap

200 g pumpakärnor

GÖR SÅ HÄR

1. Ta 600 g av mjölet i en bunke och ta i vatten, salt, pumpakärnor, sirap och surdeg. Rör ihop lätt med en träslev, det gör inget om det inte är helt blandat. Ta i resten av mjölet och rör ihop till en kladdig deg. Täck med duk och låt degen jäsa i rumstemp i 90 minuter.

2. Ta upp degen på mjölat bord och vik ihop den ett par gånger. Knåda upp degen ordentligt så att du bygger upp en spänning (elasticitet) i degen och. Lägg duken från jäsningen i en bunke, mjöla lite och lägg ner degen med undersidan uppåt. Vik över duken och sätt bunken i en plastlåda med lock på (det blir för kallt för degen att stå rakt uppochner, därav plastlådan. Sätt in i kylen och låt jäsa i minst 12 timmar, gärna längre.
Sätt ugnen på 250 grader. Stjälp upp degen på plåt med bakpapper och gör några snitt (hjälper brödet att expandera i ugnen och ger en bra skorpa). Baka av i 45-60 min.

3. Ta ut och låt svalna innan du skär i brödet annars tappar det både smak och vätska och blir då torrt, lite som köttet ska vila efter stekning.

4. Här finns exempel på hur man kan snitta sitt bröd: Se tips här

5. Surdegsgrund:Dag 1½ dl rågmjöl½ dl vatten 40graderBlanda väl i en vid bunke och täck över med en handduk. Låt stå i rumstemperatur i 3 dygn. Rör om väl varje dag.Dag 4Tillsätt 500 g grovt rågmjöl och 5 dl vatten 40 grader. Blanda väl och låt stå övertäckt 1 dygn.Dag 5Dags att baka, förvara det du inte använder i en glasburk med tätslutande lock. Innan du bakar med surdegen är det viktigt att den är aktiv och bubblande och inte för sur,. Den ska vara lätt och fräsch om du smakar på den, bara en lätt syra. Ta fram surdegen ca 1½ timme innan baket. Mata den med lite nytt mjöl och vatten och låt den jäsa på sig i 1½ timme. När du öppnar burken ska det pysa till och surdegen ska bubbla, då är den riktigt aktiv.