

# Rugbrød med masser af kærner

150 gr. skårne rugkærner

50 gr. solsikkekærner

50 gr. græskarkærner

3 dl. vand

25 gr. gær

½ ltr. A38

1 spsk. salt

1 spsk. honning

300 gr. rugmel

275 gr. hvedemel

Alle kærner og vand hældes i en gryde og bringes i kog. Lad koge ca. 3 minutter. Efter afkøling af kærneblandingen, røres gære ud i A38 sammen med de øvrige ingredienser( vent med melet) . Herefter hældes kærneblandingen i, og det røres godt sammen. Nu tilsættes melet og der røres godt i mindst 8 minutter. Bedst med håndmixer eller røremaskine. Der kan justeres med lidt mel, men dejen skal være glat og blød.

Nu er brødet klar til at fylde i form ( passer til form på 2 liter )

Husk at smøre formen godt.

Glat overfladen med en våd bagespartel e.l.

Nu skal brødet hæve et lunt sted i mindst 2 timer.

Prik et par rækker huller i brødet, og lad så efterhæve, medens ovnen varmes op til 190 grd.

Bagetid 75 minutter.

Vendes ud på en rist, og lad afkøle. Hvis skorpen skal være blød, så dæk til med viskestykke.

Kan normalt først skæres i pæne skiver næste dag.