

Hur att starta en Rågsurdeg.

Dag 1

100 g (1 dl) ljummet vatten
30 g (1/2 dl) ekologiskt rågmjöl
(+Ett fint rårivet äpple)

Rör ihop vatten och mjöl i en rymlig glasburk. Lägg på ett löst lock och ställ burken på ett varmt ställe. På sommaren kan den stå framme, gärna 20–25 grader. Några brukar använda skåpet ovanför kylan, där brukar det vara lagom varmt.

Rör runt ordentligt i burken morgon och kväll. Gör så i 3 dygn.



Dag 3

100 g (1 dl) ljummet vatten
90 g (1 1/2 dl) ekologiskt rågmjöl
Blanda i vattnet och det nya mjölet.

Dag 4

100 g (1 dl) ljummet vatten
60 g (1 dl) ekologiskt rågmjöl
Nu bör jäsprocessen ha kommit igång och surdegen bör ha vuxit en hel del. Doften är (dock) inte enbart angenäm, och surdegen behöver fortsätta utvecklas för att den ska bli stark. Häll ut allt utom cirka 50 gram (1/2 deciliter), fyll på med mer mjöl och vatten och rör om. Om surdegen inte kommit igång, låt den stå ytterligare 10–12 timmar innan du fortsätter.



Dag 5

Upprepa steget från dag 4, alltså häll ut allt utom cirka 50 gram, fyll på med mer mjöl och vatten och rör om.

Dag 5 el 6

Om surdegen efter 10–12 timmar har rest sig ordentligt, nästan till dubbel storlek, och har konsistens som liknar chokladmousse är din surdeggrund klar.

Det enkla brödet

(PaindeMartin.blogspot.com)

Dag 1, kväll

100 g rågsurdegsggrund

300 g vatten

180 g rågmjöl

Blanda surdegsggrund med mjöl och vatten, täck med plast och låt stå över natten.

Dag 2, morgon

surdegen från gårdagen

50 g vatten (kallt om det är kyligt, varmt om det är en ruggig dag)

300 g rågsikt

10 g salt

1/2 tsk kummin (eller lite mer)

Blanda alltsammans i en bunke för hand i en minut eller två. Låt jäsa tills degen uppnått dubbel storlek på ett ungefär. Min deg tog inte mer än knapp två timmar på sig.

Tryck ner ett bakplåtspapper i en kastrull som rymmer cirka 2 1/2 liter och kleta ner degen. Strö på lite kumminfrön och lite mjöl, täck med en handduk och låt jäsa tills degen rest sig ordentligt igen, ungefär 1 timme. Sätt ugnen på 275 grader i god tid.

Och in i ugnen!

Sänk temperaturen till 250 grader.

Efter 15 minuter sänker du till 200 grader och låter det stå ytterligare 15–20 minuter.

Sticker man en termometer i brödet bör den visa runt 98 grader när det är klar. Om man vill kan man plocka ut brödet ur kastrullen de sista 10 minuterna och baka klart det direkt på gallret, då får det lite mer skorpa på sidorna som annars kan bli lite bleka.



Mitt vanligaste bröd

Skållat havrebröd

(boken Bröd från Brunkebergs bageri)

Skållning

Koka upp 350g vatten

Häll vattnet på 150g Havregryn blandat med 60g linfrön, låt stå under lock en stund (helst timmar)



Deg

Blanda sen skållningen med

450 g Vatten

300g surdeg

750g Vetemjöl special

100g grovt rågmjöl

25g honung

+ 25g Havssalt

Havregryn till topping

Blanda allt utan saltet och knåda mkt länge, eller kör maskin i >10 minuter.

Detta får gluten att fram, och degen att bli jämn och fin.

Tillsätt salt och kör i ca 5 minuter ytterligare

Låt vila i bunke i 30 minuter.

Rulla degen i havregryn och lägg sedan degen i jäskorg eller baka ut brödet på plåt. Låt jäsa i minst 1.5 timmar.

Fördelen med jäskorg är att degen enklare reser sig. På plåt är det lätt att degen mer "rinner ut".



Ställ ugnen på i 250°C

Ställ in en plåt i botten av ugnen.

När det väl är varmt, ställer du in brödet, och lägger också in ett par isbitar på plåten i botten. Detta fyller ugnen med ånga. Ånga hjälper brödet att resa sig lite till, och ger en blankare och hårdare yta.

Efter ca 20 minuter släpper du ut ångan, genom att öppna luckan en liten stund.

Räkna med 35 minuters gräddning. Då är brödet 98°C.

Tips.

Lägg in havregrynen på en plåt i ugnen en stund (ca 5 minuter), innan skållning, då får man en nötigare smak på brödet.

Surdegen klar.

Antingen börjar du baka direkt, eller så ställer du in den i Kylskåpet, tills du vill baka.

Jag har haft min tre veckor i kyl utan att röra den.

Om du tar ut Surdegen ur kylan på morgonen, så kan du baka samma kväll. Jag tar oftast ut den ur kylan, lägger till 100g vatten och 100g rågmjöl, låter den jäsa till eftermiddagen.

Ibland kan man önska lite bättre jäsning, då lägger man till 5-25g jäst till degvätskan.

Många bagerier gör detta för att garantera fina bröd.

Vill man ta med sig en surdeg, finns det många som helt enkelt torkar hela surdegen. Sen smular man allt till pulver. Ser ut som gult bakpulver. Man blandar sen pulvret med nytt mjöl och vatten. Låter stå ett par timmar, sen är den oftast klar att använda igen.

Fusk-surdeg kan man göra genom att blanda 25 g jäst med mjöl och vatten. Låter det stå ett par timmar, sen startar man som vanligt.

Russinsurdeg, görs genom att hälla vatten på russin och låta dessa självjäsa. Detta fungerar perfekt som jäst.

Surdeg på vetemjöl. Franska bröd är ofta bakade på vete.. veteSurdeg kallas ibland Levain. Använd t ex till bagels.

TIPS

Jag tycker att ekologiska mjöler jäser bättre. Kanske för att de har mindre gifter.

Lite extra varm plats får surdegen att bubbla enklare. För kallt, händer nästan inget.

Använd nätet! Använd sökmotorerna!!!!

BOKTIPS

