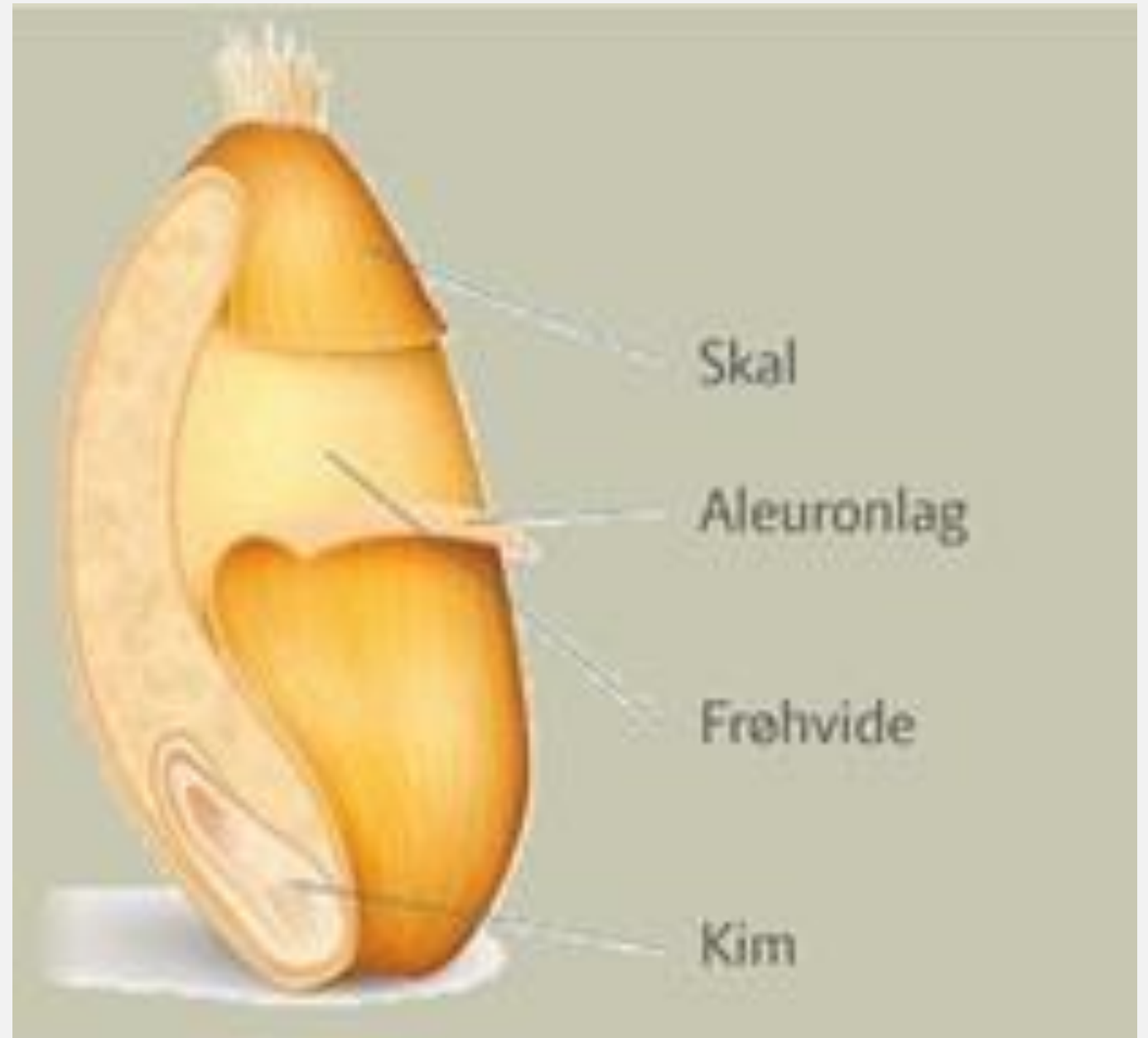


KORN

A close-up, top-down view of a large quantity of malted barley grains. The grains are a rich golden-brown color, indicating they have been kilned. They are densely packed and show the characteristic shape of malted barley, with some grains appearing slightly more plump than others. The lighting is even, highlighting the texture and color of the grains.

KEND DIT KORN

- Frøhvide 80-90%
- Skaldele 10%
- Kim 3%



KORNETS OPBYGNING

- Hel hvede
- Knækket hvede
- Fuldkornshvedemel
- Grahamsmel
- Hvedegryn

- Hvedemel (sigtet)
- Hvedeklid (foder)
- Hvedekim (kostmetik)

Sigtemel (rug og hvede)

Cous cous

Bulgur

Poleret

KORNARTER

Betydeligt gluten

- Hvede
- Spelt
- Durum
- Ølandshvede
- Darlarhvede
- Emmer
- Enkorn
- Kamut
- Goldblume
- Purpurhvede
- Indigohvede

Ubetydeligt

gluten

- Rug
- Byg - nøgen
- Havre
- Ris
- Majs
- Svedjerug

Uden gluten (græs)

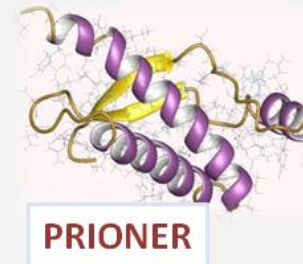
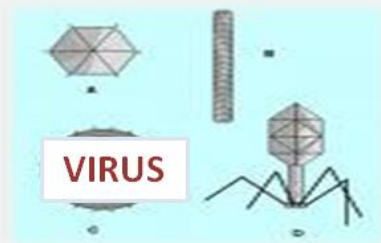
- Boghvede
- Hirse
- Quinoa
- Amarant

VAFLER OG FLADBRØD

- Udvælg korn
- Udvælg krydderier
- Tilbered fladbrød
- Tilbered vafler
- Forbered præsentation



MIKROORGANSIMER



GÆR



SURDEJ

- Surdej = vand + mel + tid
- Gærceller findes i luften (vildgær)
- Mælkesyrebakterier findes i melet

- Gær omdanner sukker til alkohol og CO₂
- Mælkesyrebakterier producerer mælkesyre = lav pH

- Aktiv surdej = lav pH og ingen ilt = holder sig selv i live

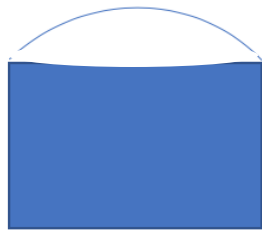
- Antal af gærceller stiger eksponentielt (hurtigt)
- Antal af mælkesyre stiger jævnt/lineært (langsomt)

HVEDEBRØD OG RUGBRØD

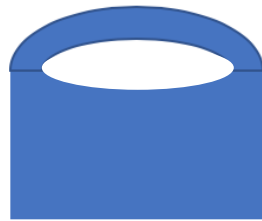
- Korn, vand, salt og gær
- Hvedebrød = gluten *derfor æltes meget*
 - *Protein*
- Rugbrød = stivelse *derfor æltes ikke meget*
 - *Kulhydrat*
- Fuldkorn vs. vand
- Malt er forskellen på lyst og mørkt brød

EN SKIVE RUGBRØD

- afslører hvordan dejen har hævet...



Tør skorpe



Overhævet



Vellykket

BEGREBERBEGREBERBE

- Grunddej:
 - er den starterkultur, som man gemmer
f.eks. surdej eller bageferment
- Fordej:
 - er den dej, man laver dagen før brøddejen
- Starterkulturer:
 - er en fællesbetegnelse for de kulturer,
der anvendes som hævemidler: surdej,
bageferment, gær og honning

MODERNE RUGBRØD

- DET SKAL DU BRUGE
- 400g knækkede rugkerner
- 400g rugmel
- 400g groft mel
- 40g salt
- 40g uraffineret sukker
- 1 mørk øl, 33cl. eller vand
- 9 dl lunkent vand
- 4-5dl rugbrødssurdej

- SÅDAN GØR DU
- Rør alt sammen, det skal have konsistens som en frisk rørt mørtelmasse.
- Tag 4dl surdej fra til næste gang, stil det i køleskabet.
- Fordel dejen ud i 2 rugbrødsforme.
- Lad brødene hæve på køl i 24 timer eller ved stuetemperatur i 10-12 timer.
- Bag ved 180 grader i 60-70 min., kernetemperaturen skal være minimum 96 grader.
- Tag dem ud og vend dem på hovedet med formen på som låg – en times tid.

- TIPS OG TRICKS
- Du kan tilsætte frø og kerner eller nødder, bare husk at nødderne ikke skal i surdejen
- Du kan komme en hel masse tørret frugt i dejen og spise den som sød snack

OPBEVARING OG GENANVENDELSE

- Kort tid:
 - på køkkenbord i et klæde, en brødpose eller brødkasse
- Længere tid:
 - i køleskab i plastpose
- Lang tid:
 - i fryser i plastpose
- Gammelt brød:
 - bruchetta, panzanella (brødsalat), crouton, chips, knödel, bread'n butter, øllebrød, suppe, arme riddere, toast