

## Rugbrødshapsere



2 dl knækkede rugkerner

3 dl vand

2 dl øl

3 dl kærnemælk

1 tsk. fint salt

En kvart pakke gær

2 dl solsikkekerner

1 dl hvedemel

6 dl rugmel

150 g hakket mørk chokolade med høj kakaoindhold (70%) eller tørret frugt som f. eks. Rosiner, abrikoser eller tranebær

Lidt sesamfrø som drys (I tidsnød kan der bruge en færdigblandet rugbrødsblanding)

Kom rugkerner og vand i en gryde og kog op. Lad simre 2-3 minutter under låg.

Kom de kogte rugkerner i en skål. Rør øl, kærnemælk og salt heri.

Smuldr gær heri og rør nu solsikkekerner, og de to slags mel heri.

Rør dejen rigtig godt og længe og tilsæt til sidst chokolade eller tørret frugt

Kom dejen i en smurt form og glat ud.

Prik huller i dejen med en gaffel og dæk med film.

Lad brødet hæve i ½-1 time.

Sæt ovnen på 200 grader og bag brødet i ca. 30 minutter