



Dauer: Aufwändig
Kategorie: Backrezepte
Saison: Ganzjährig
Für: 1 Stück
Verfasst von: Erika Schwab-Röck

Zutaten

Vorteig – Sauerteig

300 G	Roggenvollkornmehl		
100 G	Sauerteig-Anstellgut		
300 G	lauwarmes Wasser		
Hauptteig - Sauerteig			
450 G	Roggenmehl Typ 960		
150 G	Dinkelmehl Typ 700		

	2 EL Brotgewürz (fertige Mischung oder Brennnessel, Schafgarbe)		
	1 EL	Salz	
• • •	10 G	Germ	
• • •	450 ML	Wasser	

Zubereitung

Vorteig - Sauerteig

- 1. Am Abend Roggenvollkornmehl und Sauerteig-Anstellgut mit lauwarmem Wasser verrühren.
- 2. 12 Stunden eher warm (27 bis 30 $^{\circ}$ C) zugedeckt stehen lassen.
- 3. Nach dieser Ruhephase etwas Sauerteig abnehmen (Anstellgut fürs nächste Mal).

Hauptteig - Sauerteig

- 1. In der Früh Roggenmehl, Dinkelmehl, Brotgewürz und Salz gut mischen.
- 2. Wasser, Germ und Sauerteig mit Schneebesen verrühren und mit den trockenen Zutaten verkneten.
- 3. Dies geht am besten mit der Küchenmaschine, etwa fünf Minuten langsam kneten.
- **4.** Sonst eine sehr große Schüssel verwenden und mit den Händen in der Schüssel, eventuell mit Teigkarte, kneten.
- 5. Den Teig drei Stunden an einem warmen Ort (27 bis 30 °C) stehen lassen.
- 6. Den fertigen Teig auf die gut bemehlte Arbeitsfläche geben, in zwei Teile teilen und mithilfe einer Teigkarte grob zu einem runden Laib formen.
- **7.** Der Teig ist sehr weich und klebrig.
- **8.** Einen ausreichend großen Gärkorb (oder eine Schüssel) gut bemehlen und den Sauerteig hineingeben.

Teigreife: Den Teig an einem warmen Ort (27 bis 30°) noch einmal mindestens eine Stunde zugedeckt ruhen lassen.

- 10. Der Teig ist bei voller Gare, wenn sich das Volumen sichtbar vergrößert hat.
- 11. Ich bemehle das Brot an der Oberfläche und wenn sich tiefe Risse gebildet haben, ist es reif.
- 12. Den Backofen inkl. Backblech auf 250 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- 13. Den nun gereiften Brotteig auf ein Backpapier stürzen und zwei bis drei Minuten sitzen lassen.
- **14.** Zehn Minuten mit Schwaden (Dampf) bei 250 °C backen, dann die Backofentür eine Minute öffnen und die Temperatur auf 180 °C reduzieren.
- **15.** Das Brot nun für weitere 50 Minuten kräftig ausbacken.
- 16. Auf einem Rost auskühlen lassen.
- 17. Vorgehensweise beim nächsten Brotbacken: Das Anstellgut zwölf Stunden vorher herausnehmen. Bevor der Sauerteig zum Brotteig hinzugefügt wird, wieder 2 EL abnehmen, Deckel drauf und in den Kühlschrank = Anstellgut fürs nächste Mal.