

ROGGEN – WEIZEN MISCHBROT

MISCHBROT MIT DINKELVOLLKORN UND 2 SAUERTEIGEN

ANZAHL / TEIGEINLAGE / GEWICHT 1 Stk. / 1700g / 1500g	MEHLSORTEN Roggen / Dinkel	SAUERTEIG ROGGEN/ DINKEL / HAUPTTEIG TA 200 / TA 200 / TA 160	SCHWIERIGKEITSGRAD normal		
SAUERTEIG ROGGEN / DINKEL 18 – 22 Std. / 18 – 22 Std.	KNETZEIT 9 Min.	STOCKGARE 30 Min.	STÜCKGARE 75 Min.	BACKZEIT / BACKTEMPERATUR 10 Min. 250°C → 50 Min. 200°C	
NÄHRWERTE PRO 100 G	ENERGIE / BRENNWERT 223 kcal / 934 kJ	FETT 1,2 g	KOHLEHYDRATE 44,4 g	EIWEISS 7,0 g	BALLASTSTOFFE 4,7 g

ZUTATEN

ROGGENSAUERTEIG

100g Anstellgut
210g Roggenmehl Type 1150
210g Wasser

DINKELSAUERTEIG

100g Anstellgut
210g Dinkelmehl Type 1050
210g Wasser

HAUPTTEIG

reifer Roggensauerteig
reifer Dinkelsauerteig
210g Roggenmehl Type 1150
150g Dinkelmehl Vollkorn
270g Dinkelmehl Type 1050
210g Wasser
21g Salz

ROGGENSAUERTEIG

Alle Zutaten für den Sauerteig gut verrühren und bei Zimmertemperatur ca. 18 - 22 Stunden reifen lassen. 100g Anstellgut vom reifen Sauerteig abnehmen und in einem Schraubglas bis zum nächsten Backen in den Kühlschrank stellen.

DINKELSAUERTEIG

Alle Zutaten für den Sauerteig gut verrühren und bei Zimmertemperatur ca. 18 - 22 Stunden reifen lassen. 100g Anstellgut vom reifen Sauerteig abnehmen und in einem Schraubglas bis zum nächsten Backen in den Kühlschrank stellen.

HAUPTTEIG

Alle Zutaten in die Knetschüssel geben und ca. 2 Minuten mit der Knetmaschine auf niedrigster Stufe mischen und danach auf der 2. Stufe 7 Minuten fertig auskneten. Anschließend eine Teigruhe von 30 Minuten.

AUFARBEITUNG

Jetzt den Teig rund / lang wirken und mit dem Schluss nach oben in ein gut bemehltes längliches Gärkorbchen geben. Gare mindestens 75 Minuten. Der Teigling sollte wirklich volle Gare haben. Dann auf den Schieber oder das heiße Backblech stürzen und den Teigling der Länge lang ca. 1 cm tief einschneiden. (Wichtig! Da das Brot sonst unkontrolliert sehr stark einreißen kann.)

BACKEN

Backofen auf 250° C vorheizen, auf den Boden des Backofens eine Schüssel mit Wasser mit aufheizen bzw. 40ml Wasser auf den Boden des Backofens schütten und die Ofenklappe sofort wieder schließen. Nach ca. 10 min. den Schwaden abziehen lassen und die Backtemperatur auf 200°C runter drehen und 50 Minuten fertig backen.

TIPP

Das fertige Brot auf einem Gitterrost auskühlen lassen.