

ROGGEN – WEIZEN MISCHBROT

MEIN ROGGENMISCHBROT 70 % ROGGENMEHL / 30 % WEIZENMEHL

ANZAHL / TEIGEINLAGE / GEWICHT 1 Stk. / 1700g / 1500g	MEHLSORTEN Roggen / Weizen	SAUERTEIG / HAUPTTEIG TA 180 / TA 160	SCHWIERIGKEITSGRAD normal		
SAUERTEIG 18 – 20 Stunden	KNETZEIT 10 Min.	STOCKGARE 45 Min.	STÜCKGARE 45 – 60 Min.	BACKZEIT / BACKTEMPERATUR 10 Min. 250°C → 45 Min. 200°C	
NÄHRWERTE PRO 100 G	ENERGIE / BRENNWERT 199 kcal / 833 kJ	FETT 0,8 g	KOHLEHYDRATE 41,4 g	EIWEISS 5,5 g	BALLASTSTOFFE 4,8 g

ZUTATEN

ROGGENSAUERTEIG

100g Anstellgut
295g Roggenmehl Type 1150
235g Wasser

HAUPTTEIG

reifer Roggensauerteig
440g Roggenmehl Type 1150
315g Weizenmehl Type 1050
395g Wasser
20g Salz
8g frische Hefe (optional)

ROGGENSAUERTEIG

Sauerteig - Zutaten vermischen und mit Plastik - oder Frischhalte - Folie abdecken, bei Raumtemperatur für ca. 18 - 20 Stunden reifen lassen. Das Anstellgut vom reifen Sauerteig abnehmen und verschlossen im Kühlschrank bis zum nächsten Backen aufbewahren.

HAUPTTEIG

Für den Hauptteig den Sauerteig in eine Rührschüssel geben und mit dem Wasser verrühren bis sich der Sauerteig gut vermischt hat. Das Salz mit dem Mehl vermischen und das Mehl langsam unterrühren und verkneten. Den Teig für ca. 45min. abgedeckt ruhen lassen.

AUFARBEITUNG

Anschließend den Teig erst rund und dann lang wirken, mit dem Schluss nach unten in einen gut bemehlten Gärkorb legen. Den Teigling für 45 - 60 min. gehen lassen, der Teigling sollte 3/4 Gare erreichen.

BACKEN

Während der Stückgare den Backofen auf maximale Temperatur, mit Backstein auf dem vorletzten Einschub, für mindestens eine Stunde vorheizen. Nach ca. 2/3 der Aufheizzeit eine Schüssel mit Wasser auf den Boden des Backofen stellen und mit aufheizen. Brot auf den Backstein einschließen und die Backofentür sofort schließen. Wichtig für die Bräunung der Kruste die Temperatur erst nach 10 min. auf 200°C runter drehen. Das Brot mit Dampf für weitere ca. 35 - 40 min. fertig ausbacken.

TIPP

Das fertige Brot auf einen Gitterrost auskühlen lassen.