

Sauerteigbrot

mit dem eigenen Anstellgut

Zutaten Sauerteig

180 g	Auch's Roggenvollkornmehl*
250 ml	Wasser
14 g	Anstellgut

Zutaten Kochstück

60 g	Auch's Roggenvollkornmehl*
120 ml	Wasser

Zutaten Hauptteig

300 g	Auch's Roggenmehl Type 1150*
80 g	Auch's Roggenvollkornmehl*
230 ml	Wasser
6 g	Frische Hefe*
	(alternativ 2 g Trockenhefe*)
12 g	Salz*
1 geh. TL	Brotgewürz*

Zubehör

- 1 große Backschüssel*
- 2 kleine Schüsseln*
- Gärkorb*
- Teigkarte*
- Backpapier/Dauerbackfolie*

* bei uns im **Vaihinger Mühlenladen** erhältlich

Zubereitung

1. Roggenvollkornmehl, Wasser und Anstellgut bei Raumtemperatur für 15 bis 18 Stunden stehen lassen bis sich Blasen bilden.
2. Für das Kochstück das Roggenvollkornmehl mit kochendem Wasser überbrühen, umrühren und warten bis es vollständig abgekühlt ist. Es macht das Brot besonders saftig ist.
3. Für den Hauptteig alle Zutaten, den Sauerteig und das Kochstück für ca. 7 Minuten auf mittlerer Stufe der Küchenmaschine kneten. Anschließend den weichen Teig mit Hilfe einer Teigkarte auf der gut bemehlten Arbeitsfläche rund formen und abgedeckt für ca. 40 Min. ruhen lassen. Feine Risse in der Oberfläche sollten sichtbar sein.
4. Den Teig anschließend in einen gut bemehlten Gärkorb geben und für 30 Min. ruhen lassen.
5. Das Brot bei 250°C für 50 bis 60 Minuten backen. Nach 10 Minuten die Temperatur auf 220°C senken.