

BAUERNBROT

Ein gutes Mischbrot und Alltagsbrot! Mit einem Aromastück aus Altbrot.

<p>SAUERTEIG</p> <p>150 g Roggenvollkornmehl 150 g Wasser 35 Grad 15 g Anstellgut Roggen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Alles vermengen und 14-16 Stunden bei Raumtemperatur (RT) reifen lassen
<p>ALTBROT</p> <p>50 g Altbrot gerieben (oder Roggenvollkornmehl wenn kein Altbrot verfügbar) 70 g Wasser heiß</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Alles vermengen und 3-12 Stunden bei RT
<p>HAUPTTEIG</p> <p>Sauerteig, Altbrot 260 g Roggenmehl 960 (1150) oder 200 g Roggenmehl + 60 g Schwarzroggen) 180 g Dinkelmehl 700 (1050) 12 g Salz 5 g Frischhefe 5 g Honig 300-320 g Wasser warm (30-35 Grad) Gewürze wie Kümmel, Fenchel, Koriander, Anis Wacholder gemalen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Alles gut vermengen (5 Min. langsam, 2 Min. schnell) • 1,5 Stunden Gare bei 24 Grad • lang wirken, Schluss nach Oben 30-40 Min. im Simperl • bei knapper Gare mit Schluss oben • mit scharfem Messer, gerader Klinge längs 2 cm tief einschneiden • Ofen auf 250 Vorheizen. Bei 220 Grad mit Schwaden backen • Nach 10 Min. Schwaden ablassen und bei 200 Grad fertig backen (noch 40-45 Min) <p>VARIANTE OHNE HEFE: Gare auf 3 Stunden erhöhen</p>

Helga's Rezept

