Backrezept: Sauerteig Roggenmischbrot

Zutatenliste für ein 1kg Brot

Sauerteig:

100 g Roggenmehl Type 1150
100 g lauwarmes Wasser,
20 g aktiver Roggensauerteigstarter

Hauptteig:

gesamter Sauerteig
300 g Weizenmehl Type 550
200 g Roggenmehl Type 1150
300 g lauwarmes Wasser,
12 g Salz.

Zubereitung

1. Sauerteig ansetzen: Roggenmehl, Wasser und Sauerteigstarter verrühren, abdecken und 8–12 Stunden bei 22–26 °C reifen lassen.

2. Teig kneten: Sauerteig, Weizenmehl, Roggenmehl, 280 g Wasser und Salz vermischen. Restliches Wasser nach Bedarf hinzufügen. Etwa 8 Minuten kneten.

3. Stockgare: Teig abgedeckt 2 Stunden bei Raumtemperatur ruhen lassen. Nach 45–60 Minuten einmal dehnen und falten, bei Bedarf nach weiteren 30–45 Minuten wiederholen.

4. Formen: Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben, rund oder länglich formen und mit dem Schluss nach oben in einen bemehlten Gärkorb legen.

5. Übernachtgare: Teig 10–16 Stunden bei etwa 6 °C im Kühlschrank gehen lassen.

6. Backofen vorheizen: Backofen mit Gusseisentopf 30 Minuten auf 250 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Ein leeres Metallblech für Dampf auf den Ofenboden stellen.

7. Brot einschneiden: Teig direkt aus dem Kühlschrank stürzen und mit einer scharfen Klinge einschneiden.

8. Brot backen: Brot im heißen Gusseisentopf mit Deckel 20 Minuten bei 250 °C backen. Deckel abnehmen, Dampf entweichen lassen und weitere 30–40 Minuten bei 200–230 °C ohne Deckel fertig backen.

9. Abkühlen: Brot aus dem Ofen nehmen und mindestens 1 Stunde auf einem Gitter auskühlen lassen.

Sauerteig füttern

Wie oft? Bei Raumtemperatur benötigt Sauerteig tägliche Fütterung, im Kühlschrank einmal pro Woche. Für die regelmäßige Fütterung eignet sich ein Verhältnis von 1:2:2. Dabei werden ein Teil Sauerteig, zwei Teile Mehl und zwei Teile Wasser nach Gewicht miteinander vermischt.

Beispiel für eine Auffrischung: 20 g Sauerteig vom Bäcker, 40 g Roggenmehl Type 1150 und 40 g Wasser. Verrühre alle Zutaten in einem sauberen Glas. Markiere den Füllstand, damit du die Volumenzunahme beobachten kannst. Lasse den Sauerteig bei etwa 24–26 °C reifen. Je nach Aktivität dauert es mehrere Stunden, bis er deutlich aufgegangen ist und sich zahlreiche Blasen gebildet haben.

Ein „Knusperbrot“ - Guten Appetit

https://www.holzhausen-sachsen.de/rezepte/baecker-sauerteig-brot-backen.htm