



Liebe zum Brot – www.brotmeierei.de

Rustikales Bauernbrot

Sauerteig:

100 g Roggenvollkornmehl
50 g Roggenmehl 1150
150 g Wasser (40°C)
15 g Anstellgut

Hauptteig:

Sauerteig
200 g Roggenmehl 1150
100 g Weizenmehl 1050
50 g Weizenvollkornmehl
175 g Wasser (50°C)
9 g Salz



Bild: Ploetzblog

Die Sauerteigzutaten vermengen und 20 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

Alle Zutaten 5 Minuten auf niedrigster Stufe und weitere 2 Minuten auf zweiter Stufe zu einem leicht klebenden Teig verarbeiten (Teigtemperatur ca. 28°C).

90 Minuten Teigruhe bei ca. 20°C, nach 45 Minuten ausstoßen.

Den Teig rundwirken und mit Schluss nach unten in einen gut bemehlten Gärkorb setzen.

45 Minuten Gare bei ca. 20°C.

Bei 250°C fallend auf 220°C mit Schluss nach oben 50 Minuten mit Dampf backen.

Zubereitungszeit am Backtag: ca. 3,5 Stunden

Zubereitungszeit gesamt: ca. 24 Stunden

Material- und Energiekosten: 1,55 €

Rezept: Lutz Geißler