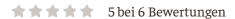
BÄRLAUCH SAUERTEIGBROT













Zubereitung

1 07:00 Uhr

30 g vom Sauerteigansatz aus dem Kühlschrank nehmen und mit 60 g Roggenmehl 960 und 60 g Wasser vermischen. Anschließend 6-8 Stunden zugedeckt bei Zimmertemperatur stehen lassen, bis der Sauerteig wieder Bläschen bildet und sich fast verdoppelt hat.

15:00 Uhr

150 g Sauerteig gemeinsam mit Wasser, Dinkelmehl, Dinkelvollkornmehl und Salz für ca. 5 Minuten zu einem weichen, glatten Teig verkneten. Am Schluss noch den klein geschnittenen Bärlauch kurz unterkneten. Für eine bessere Teigstruktur hab ich den Teig danach für 3 Mal im Abstand von 30 Minuten gedehnt und gefaltet. Den Teig danach 5 Stunden gut zugedeckt

(https://www.backenmitchristina.at/produkt/abdeckhaube/) bei Zimmertemperatur rasten lassen.

20:00 Uhr

Den Teig mithilfe von etwas Mehl zu einem runden Brotlaib formen. Im Gärkörbchen 1 Stunde (oder alternativ 12h über Nacht im Kühlschrank) zugedeckt rasten lassen.

${\bf 20:} {\bf 30\,Uhr-Backen\,in\,Gusse is ent opf}$

Den Topf 30 Minuten mit Deckel bei 230 Grad Heißluft vorheizen.

20:45 Uhr - Backen am Backblech

Den Backofen auf 210 Grad Heißluft vorheizen.

21:00 Uhr - Backen in Gusseisentopf

Den Laib auf ein Backpapier stürzen, vorsichtig in den vorgeheizten Topf geben und die Temperatur auf 210 Grad Heißluft reduzieren. Das Brot ca. 50 Minuten backen.

21:00 Uhr - Backen am Backblech

Den Brotlaib auf das Backblech stürzen und danach mit viel Dampf für 50 Minuten backen.



Zutaten

FÜR 1 BROT

VORTEIG

30 g	Sauerteigansatz aus
	dem Kühlschrank
60 g	Wasser
60 g	Roggenmehl 960

TEIG

150 g	Sauerteig (= Vorteig)
300 g	Dinkelmehl 700
200 g	Dinkelvollkornmehl
300 g	Wasser
12 g	Salz
45 g	Bärlauch