

BAUERNBROT MIT SAUERTEIG



★★★★★ 4.9 bei 249 Bewertungen



Wenn ihr noch nie mit Sauerteig gebacken habt oder ihr euer Wissen auffrischen möchtet, dann werft einen Blick in mein [Sauerteig 1x1](#). Dort habe ich alle wichtigen Infos rund um das Thema zusammengeschrieben. Wenn ihr zum ersten Mal einen Sauerteig ansetzt, dann plant dafür mindestens 5 Tage ein.

Zubereitung

1 22:00 Uhr

Den Sauerteigansatz aus dem Kühlschrank nehmen, 40 g davon abwiegen und mit 55 g Roggenmehl und 55 g Wasser vermischen. Anschließend 6–8 Stunden zugedeckt bei Zimmertemperatur stehen lassen, bis der Sauerteig wieder Bläschen bildet.

2 06:00 Uhr

Wasser in eine Rührschüssel geben, dann die restlichen Zutaten (Mehle, Gewürze, Germ und Sauerteig) genau abwiegen und dazugeben. Alles kurz zu einem weichen Teig verkneten (nur so lange kneten, bis sich die Zutaten gut verbunden haben) und den Teig 2 Stunden mit einer Abdeckhaube (<https://www.backenmitchristina.at/produkt/abdeckhaube/>) zugedeckt gehen lassen.

3 08:00 Uhr

Anschließend nochmals kurz durchkneten und zu einem Brotlaib formen. Den Brotlaib in einem mit Roggenmehl bestaubten Gärkörbchen nochmals ungefähr 30 Minuten gehen lassen.

4 08:15 Uhr

In der Zwischenzeit den Backofen auf 250 Grad Heißluft vorheizen.



Zutaten

FÜR 1 BROD

VORTEIG

40 g	Sauerteigansatz (aus dem Kühlschrank)
55 g	Roggenmehl
55 g	Wasser

TEIG

300 g	Roggenmehl 960
200 g	Weizenbrotmehl
150 g	Sauerteig (= Vorteig)
10 g	Brotgewürz
10 g	Salz
5 g	frische Germ
330 g	lauwarmes Wasser

5

08:30 Uhr

Das Brot in den vorgeheizten Backofen geben und mit viel Dampf für ca. 45 Minuten backen. Nach 15 Minuten die Temperatur auf 220 Grad reduzieren.



Wer lieber komplett ohne Germ backen möchte, der lässt das Brot erst 6 Stunden zugedeckt gehen, formt es dann zu einem Laib, legt es in ein mit Roggenmehl bemehltes Gärkörbchen und lässt es darin nochmals 1 Stunde gehen.