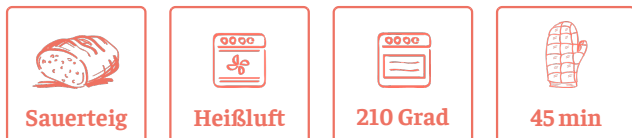


KÖRNDLBROT MIT SAUERTEIG



★★★★★ 4.9 bei 56 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. Hinweis: Wenn ihr zum ersten Mal einen Sauerteig ansetzt, dann plant dafür mindestens 5 Tage ein. Und so einfach geht's: [Der perfekte Sauerteig](#)

Zubereitung

- 1 20:00 Uhr**
30 g vom Sauerteigansatz aus dem Kühlschrank nehmen und mit 60 g Roggenmehl und 60 g Wasser vermischen. Anschließend 10-12 Stunden zugedeckt bei Zimmertemperatur stehen lassen, bis der Sauerteig wieder Bläschen bildet.
- 2 07:30 Uhr**
Den Körnermix mit heißem Wasser übergießen und ca. 30 Minuten quellen lassen.
- 3 08:00 Uhr**
Wasser und die weichen Körner in eine Rührschüssel geben, dann die restlichen Zutaten (Mehle, Salz, Butter, Honig und Sauerteig) genau abwiegen und dazugeben. Alles kurz zu einem weichen Teig verkneten. Den Teig danach 6-8 Stunden zugedeckt (<https://www.backenmitchristina.at/produkt/abdeckhaube/>) gehen lassen.
- 4 14:45 Uhr**
Den Backofen auf 210 Grad Heißluft vorheizen.
- 5 15:15 Uhr**
Den Teig mithilfe von etwas Mehl zu einem länglichen Brotlaib formen (siehe Video), mit Wasser besprühen und in den Körnermix tunken bzw. damit bestreuen. Das Brot viel Dampf für ca. 45 Minuten backen.



Zutaten

1 BROT

VORTEIG

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

TEIG

- 70 g Körnermix (Sonnenblumen, Sesam, Leinsamen)
- 150 g heißes Wasser
- 200 g lauwarmes Wasser
- 200 g Dinkelbrotmehl
- 300 g Dinkelmehl 900
- 10 g Honig
- 10 g zimmerwarme Butter
- 10 g Salz
- 150 g Sauerteig (= Vortag)

ZUM BESTREUEN

- Körnermix (Sonnenblumen, Sesam, Leinsamen)



Wenn du dem Teig 5 g frische Germ beimengst, beträgt die Rastzeit nur mehr 2 Stunden.