

# LANDBROT MIT SAUERTEIG

★★★★★ 4.8 bei 18 Bewertungen



## Zubereitung

1 22:00 Uhr

50 g vom Sauerteigansatz aus dem Kühlschrank nehmen und mit 85 g Roggenmehl 960 und 85 g Wasser vermischen. Anschließend 6-8 Stunden zugedeckt bei Zimmertemperatur stehen lassen, bis der Sauerteig wieder Bläschen bildet und sich fast verdoppelt hat.

2 06:00 Uhr

Haferflocken, Sonnenblumenkerne und Kürbiskerne mit heißem Wasser übergießen und 30 Minuten ziehen lassen.

3 06:30 Uhr

220 g Sauerteig gemeinsam mit Wasser, Dinkelbrotmehl, Roggenmehl, der Körnermischung und Salz für ca 5 Minuten zu einem glatten Teig kneten.

4 Zur optimalen Teigentwicklung den Teig nach 30 Minuten, 60 Minuten und 90 Minuten je einmal dehnen und falten ([Dehnen und Falten](#))

(<https://www.backenmitchristina.at/blog/dehnen-und-falten>) und danach nochmal 4-5 Stunden gut zugedeckt gehen lassen.

5 13:00 Uhr

Den Teig mithilfe von etwas Mehl zu zwei runden Brotlaiben formen. In Gärkörbchen nochmal 1 Stunden zugedeckt rasten lassen.

6 13:45 Uhr

Den Backofen auf 230 Grad Heißluft vorheizen.

7 14:00 Uhr

Die Brotlaibe aus den Gärkörbchen auf ein mit Backpapier belegtes Backblech stürzen, nach Wunsch einschneiden und sofort in den heißen Ofen geben. Die Temperatur auf 210 Grad reduzieren und die Laibe ca. 45 Minuten mit viel Dampf backen.



## Zutaten

### FÜR 2 BROTE

#### VORTEIG

50 g	Sauerteigansatz aus dem Kühlschrank
85 g	Wasser
85 g	Roggenmehl 960

#### TEIG

100 g	Haferflocken
40 g	Sonnenblumenkörner
40 g	Kürbiskerne
300 g	heißes Wasser
220 g	Sauerteig (= Vorteig)
320 g	lauwarmes Wasser
550 g	Dinkelbrotmehl
250 g	Roggenmehl 960
18 g	Salz