

# LANDBROT MIT SAUERTEIG



4.8 bei 18 Bewertungen

Backen  
mit  
Christina



40 min



210 Grad



45 min

## 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