

# ROGGEN-DINKELBROT MIT SAUERTEIG



★★★★☆ 4.7 bei 117 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.

## Zubereitung

- 1 Vorbereitungarbeiten am Vortag:**  
Den Sauerteigansatz aus dem Kühlschrank nehmen, 50 g davon abwiegen und mit Roggenmehl und Wasser vermischen. Anschließend 6–8 Stunden zugedeckt bei Zimmertemperatur stehen lassen, bis der Sauerteig wieder Bläschen bildet. 300 g vom Sauerteig wegnehmen und den Rest in einem Schraubglas bis zur nächsten Verwendung in den Kühlschrank stellen.
- 2 Vorbereitungarbeiten am Backtag:**  
Wasser und Joghurt in eine Rührschüssel geben, dann die restlichen Zutaten (Mehle, Salz, Brotgewürz, Kümmel und Sauerteig) genau abwiegen und dazugeben.
- 3** Alles kurz zu einem weichen Teig verkneten (nur so lange kneten, bis sich die Zutaten gut verbunden haben) und den Teig 6–8 Stunden mit einem Deckel oder einem [Bäckerleinen](#) (<https://www.backenmitchristina.at/produkt/baeckerleinen/>) zugedeckt gehen lassen.
- 4** Danach vorsichtig mit Hilfe von etwas Roggenmehl zu zwei Brotlaiben formen. In gut mit Roggenmehl bemehlte Gärkörbchen legen und darin nochmals 1-2 Stunden gehen lassen.



## Zutaten

FÜR 2 BROT À CA. 950 G

### VORTEIG

- 150 g Wasser
- 150 g Roggenmehl 960
- 50 Sauerteigansatz (aus dem Kühlschrank)

### TEIG

- 640 g lauwarmes Wasser
- 200 g Naturjoghurt
- 700 g Roggenmehl 960
- 200 g Dinkelvollkornmehl
- 100 g Dinkelmehl 700
- 20 g Salz
- 10 g Brotgewürz
- 5 g Kümmel
- 300 g Sauerteig

- 2 Gärkörbchen  
Roggenmehl zum Bemehlen

5 Den Backofen 30 Minuten lang auf 230 Grad vorheizen.

6 Die Brote aus den Gärkörbchen auf ein Backblech stürzen, sofort in den heißen Ofen geben, Temperatur auf 210 Grad reduzieren und 45 Minuten mit viel Dampf backen.

