ROGGENTOASTBROT UND SAUERTEIG

4.7 bei 27 Bewertungen

Sauerteig

220 Grad



Das Backen mit Sauerteig komplett ohne Germ ist für mich etwas ganz besonders Faszinierendes. Natürlich muss man einiges mehr Zeit einplanen, bis das Brot fertig ist – aber es lohnt sich definitiv, denn das Ergebnis ist ein luftiges Brot, das lange saftig bleibt und daher gut haltbar ist.

Wenn du noch keinen Sauerteigansatz im Kühlschrank stehen hast, dann schau dir zuerst die Zubereitung des Sauerteigs an.

Für die erstmalige Zubereitung eines Sauerteigs solltest du 5 Tage einplanen.

Gesamtdauer für dieses Rezept: ca 14 Stunden

Dauer reiner Arbeitszeit: 15 – 20 Minuten (in der restlichen Zeit arbeitet der Sauerteig für euch)

Zutaten

2 KLEINE TOASTBROTE/1 GROSSES TOASTBROT

VORTEIG

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

TEIG

400 g	Wasser
400 g	Roggenmehl 500
300 g	Weizenmehl 700
14 g	Salz
200 g	Sauerteig

Zubereitung

1 **Vorbereitungsarbeiten am Vortag:**

Die gesamte Menge deines Sauerteigansatz (https://www.backenmitchristina.at/rezepte/sauerteig/) (bei mir sind waren es ca 50 g) aus dem Kühlschrank nehmen und mit 100 g Roggenmehl (entweder Type 960 oder 500) und 100 g Wasser vermischen. Anschließend **6-8 Stunden** zugedeckt bei Zimmertemperatur stehen lassen, bis der Sauerteig wieder Bläschen bildet. 200 g vom Sauerteig wegnehmen und den Rest in einem Schraubglas bis zum nächsten Mal in den Kühlschrank stellen.

2 **Am Backtag:**

Wasser in die Rührschüssel geben, dann die restlichen Zutaten (Mehle, Salz und Sauerteig) genau abwiegen und dazugeben.

3 Alles zu einem glatten, eher weichen Teig verkneten und den Teig **6-8 Stunden** mit einem Deckel, einer Abdeckhaube oder einem **Bäckerleinen (https://www.backenmitchristina.at/shop/produkt/baeckerleinen/)** zugedeckt gehen lassen.

4 Danach vorsichtig mit Hilfe von etwas Roggenmehl zu zwei (oder auch nur ein) längliche Toastbrote formen. Danach in eine eingefettete Kastenform/Toastbrotform (https://www.backenmitchristina.at/produkt/toastbrotform/) und darin nochmals **1 Stunde** gehen lassen.

5 Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad Heißluft ca 45 Minunten backen.

BACKEN MIT Tipp CHRISTINA

Wer keine Toastbrotform besitzt kann auch einfach eine Kastenform verwenden, sollte dann aber beim Backen für Dampf im Backofen sorgen.