

# ROGGENWECKERL MIT SAUERTEIG



★★★★★ 4.6 bei 135 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 Vorbereitungsarbeiten am Vortag:

Den Sauerteigansatz aus dem Kühlschrank nehmen und mit 50 g Roggenmehl und 50 g Wasser vermischen. Anschließend 8-10 Stunden zugedeckt bei Zimmertemperatur stehen lassen, bis der Sauerteig wieder Bläschen bildet. 100 g vom Sauerteig wegnehmen und den Rest in einem Schraubglas bis zum nächsten Mal in den Kühlschrank stellen.

### 2 Vorbereitungsarbeiten am Backtag:

Wasser in eine Rührschüssel geben, dann die restlichen Zutaten (Mehle, Salz, Backmalz, Germ 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 ca. 1 Stunde bei Zimmertemperatur zugedeckt rasten lassen.

### 4

Den Teig in 13 Portionen zu je 70 g aufteilen und zu Kugeln formen. Die Kugeln etwas flach drücken, dann mit Wasser besprühen und mit Roggenmehl bestäuben.

### 5

Dann sofort im vorgeheizten Backofen bei 220 Grad ca. 18 Minuten mit viel Dampf backen.



## Zutaten

### FÜR CA. 13 WECKERL

#### VORTEIG

50 g Roggenmehl  
50 g Wasser  
50 g Sauerteigansatz (aus dem Kühlschrank)

#### TEIG

275 g lauwarmes Wasser  
150 g Weizenmehl 700  
350 g Roggenmehl 960  
100 g Sauerteig (vom Vorteig)  
10 g Backmalz  
5 g Germ  
10 g Salz