

# ROGGENWECKERL MIT SAUERTEIG

★★★★☆ 4.6 bei 125 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