

Bauernbrot 70:30 mit Mehlkochstück - TA ca. 171-173

Sauerteig: Stehzeit ca. 15-18 Std. - 26° od. 33° fallend auf ca. 23°

260 g Roggenmehl 1150 (40 % GMM)

260 g Wasser

13 - 50 g Anstellgut (ca. 10 - 20 %)

Mehlkochstück: Stehzeit ca. 1h - muss wieder abkühlen.

15 g Weizenmehl 550

70 g Wasser

1 g Salz

Kochen wie Pudding

Mehl mit Wasser gut verrühren, unter Rühren kurz aufkochen bis die Stärke gut verkleistert ist.

Vom Herd nehmen, nochmals durchrühren und abkühlen lassen.

Kann man auch schon 1 Tag vorher machen, dann kühl stellen und vor Verarbeitung wieder akklimatisieren lassen.

Brotteig:

Sauerteig

Mehlkochstück

195 g Roggenmehl 1150

180 g Weizenmehl 1050

12 g Salz

6 g Hefe - optional

Brotgewürze nach Geschmack (Kümmel, Koriander, Fenchel, Anis)

ca. 130-140 g Wasser

Knetzeit: ca. 6 Min.

Teigtemperatur: ca. 26-28°

Teigruhe: 30 Min. - Teig auf eine leicht bemehlte Unterlage geben, Oberfläche leicht bemehlen und nochmals kurz kneten, rund- oder langwirken - mit dem Schluß nach unten in ein bemehltes Garkörbchen legen und gehen lassen.

Gehzeit: ca. 60-70 Min. - ohne Hefe entsprechend der Triebkraft des ST, der Teig sollte sich innerhalb von ca. 60-120 Min. etwa verdoppeln - Teig vorsichtig aus dem Garkörbchen auf einen bemehlten Backschießer oder Backpapier stürzen - ca. 5 Min. ruhen lassen, nicht abdecken, der Schluss öffnet sich nun langsam

Backtemperatur: 250-260° fallend auf ca. 190°

Ohne Schwaden 2 Min. anbacken, dann erst Schwaden und ca. 10-15 Min. bei voller Temperatur backen, Temperatur stufenweise reduzieren und Schwaden ablassen (Ofentüre kurz öffnen)

Backzeit: ca. 60 Min. - in der Form ca. 10 Min. länger

