

Artikel von Ketex -Der Hobbybrotbäcker-

Spitzkornlinge

2010-10-20 12:10:14 Ketex



Nach Toastbrot und Franzbrötchen jetzt wieder ein richtig rustikales und kerniges Rezept. Die Spitzkornlinge sind sowas von lecker kann ich nur sagen. Mit Salat, Tomate, Salami und Ei belegt ein Gedicht. Einfach nachbacken. Viel Spaß dabei!

Sauerteig

- 120 gr. Roggenschrot mittel
- 120 gr. Wasser
- 12 gr. Roggen – ASG

Alles gut verrühren und bei Raumtemperatur 15 – 18 Stunden reifen lassen.

Vorteig

- 100 gr. Weizenmehl 550
- 100 gr. Wasser
- 1 gr. Frischhefe

Auch alles gut verrühren und 2 Stunden anspringen lassen und dann für 14 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Brühstück

- 110 gr. Weizenschrot
- 40 gr. Sonnenblumenkerne geröstet und grob gemahlen
- 40 gr. Kürbiskerne geröstet und grob gemahlen
- 40 gr. Leinsamen
- 230 gr. kochendes Wasser

Den Schrot und die Kerne mit dem kochenden Wasser übergießen und 16 Stunden quellen lassen. Nach für mich neuesten Erkenntnissen sollte man zum Brüh- oder Quellstück immer etwas Salz geben. Es soll

die Enzymtätigkeit hemmen. Man kann auch die Gesamtsalzmenge dazu geben.

Hauptteig

- Sauerteig
- Vorteig
- Brühstück
- 220 gr. Weizenmehl 550
- 120 gr. Roggenmehl 1150
- 140 gr. Wasser
- 7,5 gr. Frischhefe
- 18 gr. Salz
- 7,5 gr. Roggenmalz
- 1 TI flüssiges Backmalz
- grobes Salz und Kümmel zum Bestreuen.

Alle Zutaten 15 Minuten langsam kneten. Danach eine Teigruhe von mindestens 30 Minuten einhalten. Anschließend 14 Stücke á ca. 100 gr. abwägen und wie Brötchen rund schleifen. Danach mit einem Wellholz die Teiglinge leicht oval ausrollen und von der Längsseite zusammen rollen. In Roggenmehl wälzen und zur Gare ca. 1 – 1/2 Stunden stellen. Vor dem Einschießen 2 mal einschneiden und mit dem groben Salz und dem Kümmel je nach Gusto bestreuen. Backen bei 230° ca. 20 Minuten. Schwaden nicht vergessen.

