

# Reines Roggen- Sauerteigbrot

Tutti i Sensi

www.tuttiisensi.de



Art: Brot

Schwierigkeitsstufe: Mittel

Zutatenliste:

- 6 EL Sauerteig-Ansatz
- 500 ml Wasser + 650 ml Wasser
- 3 gehäufte TL Salz
- 1.500 gr Roggenmehl Typ 1150

Einmalig: Neuen Sauerteig ansetzen:

Am ersten Tag 100 gr Roggenmehl mit Wasser anrühren, in Plastikgefäß bei Raumtemperatur stehen lassen. Am zweiten und dritten Tag wieder 100 gr Mehl dazugeben und mit Wasser cremig rühren. Und zur Sicherheit ein Päckchen fertigen Sauerteigansatz hinzugeben.

Schritt 2: (Morgens)

Vom Ansatz 6 EL für den nächsten Backvorgang abnehmen, in ein kleines Plastikgefäß abfüllen und im Kühlschrank aufbewahren. Hält sich sehr lange, kann auch eingefroren werden.

Schritt 4:

Nach Gusto Leinsamen, Kürbiskerne, Sonnenblumenkerne oder Hanfmehl in den Ansatz einrühren.  
Dann 1.225 Gramm Mehl und die 650 ml Wasser dem schon darin aufgelöstem Salz hinzugeben und rühren, bis der Teig komplett durchfeuchtet und zäh ist. Dann in die eingeölte Kastenform umfüllen und mit der Teigkarte glattstreichen.

Dauer Zubereitung: 30 Minuten

Dauer insgesamt: 17 Stunden plus 3 Tage für neuen Sauerteigansatz

Küchengeräte bereitstellen:

- Große Plastikschüssel
- Kastenform 35 cm
- Rührlöffel mit Loch oder Knetmaschine
- Teigkarte

Schritt 1: (am Vorabend)

375 gr Mehl in die Plastikschüssel geben  
Vom Sauerteig-Ansatz 6 EL zugeben mit ca. 500 ml warmen Wasser zu einem weichen Brei verrühren. Abdecken und ca. 12 Stunden bei Raumtemperatur stehen lassen. (über Nacht)

Schritt 3: (Morgens)

Salz in 650 ml heißem Wasser verrühren.  
Auf den Ansatz das restliche Mehl geben und mit dem Rührlöffel verrühren (immer von außen nach innen) oder in der Knetmaschine 5 min kneten.

Schritt 5: (früher Nachmittag)

Wenn der Teig den Rand der Kastenform erreicht hat: (nach 2-4 Std)  
Ofen auf 250 °C vorheizen, eine Metallschale direkt mit in den Ofen geben.  
Eine Espressotasse voll Wasser auf die Schale gießen. Ofen wieder schließen.  
Kastenform auf Rost stellen. 20 min auf 250 °C. Dann noch eine Espressotasse Wasser auf das Metall. Noch 55 Minuten auf 200 ° fertig backen. Herausnehmen, aus Backform nehmen und auf einem Rost auskühlen lassen.  
Aktualisiertes Rezept vom 26.09.2023