

Roggenvollkorn-, Dinkel-Sauerteigbrot 29.01.2025

fertiger Laib ca. 3 kg



_____ Uhr

1. Stufe, Anfrischsauer

10 g Anstellgut [Wecken Sie das Interesse Ihrer Leser mit einem passenden Zitat aus dem Dokument, oder verwenden Sie diesen Platz, um eine Kernaussage zu betonen. Um das Textfeld an einer beliebigen Stelle auf der Seite zu platzieren, ziehen Sie es einfach.]

-
- 45 ml Wasser
- 45 g gf Roggenvollkornmehl
- Das Anstellgut zuerst mit dem Wasser verrühren, dann das Mehl untermischen und leicht bedeckt **an einem lauwarmen Ort 8 Stunden ruhen lassen.**



_____ Uhr

2. Stufe, Grundsauer

- 100 g reifer Anfrischsauer aus der 1. Stufe
- 250 ml Wasser
- 250 g Roggenvollkornmehl
- Zunächst den Anfrischsauer mit dem Wasser verrühren, anschließend das Mehl mit den Händen unterkneten.
- Wieder **8 Stunden bei Zimmertemperatur ruhen lassen.**



_____ Uhr

3. Stufe, Vollsauer

- 600 g reifer Grundsauer aus der 2. Stufe
- 600 ml Wasser
- 300 g gf Roggenvollkornmehl
- 300 g Dinkelmehl Type 630
- nur für die ersten 2-3 Male (bei sehr jungem Sauerteig) $\frac{1}{4}$ Msp Trockenhefe
- Den Grundsauer mit warmem Wasser verrühren und anschließend das Mehl unterkneten. **Bei 28-30°C (Backofen mit Licht) 3 Stunden abgedeckt ruhen lassen.**
- **Bevor jetzt der Brotteig zubereitet wird, nimmt man vom reifen Vollsauer einen Teelöffel ab für das nächste Sauerteigbereiten.**

4. Stufe, der Brotteig

- 1800 g reifer Vollsauer aus der 3. Stufe
- 500 – 600 ml Wasser
- 460 g Roggenvollkornmehl
- 640 g Dinkelmehl Type 630
- 40 g Salz
- Wieder das lauwarme Wasser unterrühren.
- Die verschiedenen Mehle mit dem Salz trocken mischen und anschließend unterkneten.
- Danach **den Brotteig 30 min quellen lassen.**
- Auf einer gut bemehlten Arbeitsfläche in Form kneten, **in einen Brotkorb füllen und für 1 Stunde bei 28-30°C (Backofen mit Licht) gehen lassen.**

_____ Uhr

m
i
t
e
i
g
e
n
h
a
n
d
e
n

- Aus dem Korb kippen, mit Wasserdampf am Anfang **bei 200 Grad etwa 1 ¼ bis 1 1/2 Stunden** backen. Das Brot ist fertig, wenn es beim Klopfen auf den Boden hohl klingt.



m
i
t
e
i
g
e
n
e
n
h
a
e
n
d
e
n