

Sauerteigbrot mit Roggenmehl:

Als erstes benötigst du einen Sauerteigansatz den du entweder selber machst oder einmal beim Bäcker besorgst und dann immer weiter fütterst. Wie du einen Sauerteig selber ansetzt kannst du ganz unten nachlesen.

250g Vollkornroggenmehl

250g warmes Wasser

25g Sauerteigansatz

Alles verrühren und ca. 20 Stunden bei Zimmertemperatur stehen lassen

Am nächsten Tag:

Sauerteigansatz

400g Roggenmehl R960

300g warmes Wasser

12g Salz

1 EL Honig

1 EL Brotgewürz

1 Tasse Sonnenblumenkörner

Alles verrühren, in eine mit Backpapier ausgelegte Form leeren und glattsteichen

2 Stunden gehen lassen (je nach Zimmertemperatur auch länger – soll um die Hälfte aufgehen)

Rohr auf 230 Grad aufheizen, Brot oben einschneiden und mit Wasser besprühen

Das Brot ins Rohr schieben und noch etwas Wasser ins Rohr sprühen.

Nach ca. 10 Minuten den Dampf ablassen und auf 200 Grad reduzieren, danach noch 50 Minuten fertig backen. Eventuell noch ein paar Minuten ohne Backform im Rohr lassen. Danach auf einem Gitter abkühlen lassen und erst am nächsten Tag anschneiden. Gutes Gelingen!