

20. Juli 2009

## Roggensauerteigbrot

Das Brot muss nachdem es fertig gebacken ist noch bis zum nächsten Tag „reifen“, darf also noch nicht angeschnitten werden. Das Ergebnis ist äußerst schmackhaft und natürlich nicht mit Roggenbroten zu vergleichen, die ohne Sauerteig gemacht werden...

### Sauerteig:

- 500 g Roggenmehl 1150
- 800 g Wasser

### Hauptteig

- 500 g Sauerteig
- 500 g Roggenmehl 1150
- 1 Esslöffel Salz
- 3-4 g Trockenhefe
- 200 g Wasser

Mein erstes Sauerteigbrot, wenn auch noch nicht ganz, weil der Sauerteig so jung noch nicht seine volle Kraft entfalten kann und mit etwas Hefe unterstützt werden musste. Ich habe den Sauerteig nach der sehr einfachen Anleitung von Pöt auf [der-sauerteig.de](http://der-sauerteig.de) gemacht. Das heißt, 100 g Roggenmehl (1150) und 200 g Wasser vermischen und nach 12 Stunden erneut rühren. Nach weiteren 12 Stunden wieder 100 g Mehl und 200 g Wasser zugeben etc. Dieses „Füttern“ und zwischendurch Rühren des Teiges wiederholt sich 4 bis 5 Mal, dauert also auch 4 bis 5 Tage. In dieser Zeit macht der Teig verschiedene Entwicklungsphasen durch, die faszinierend zu beobachten sind. Am letzten, 5. Tag, habe ich nur 100 g Mehl, aber kein Wasser mehr zugegeben.

Vom endgültigen Teig 500 g abnehmen und den Rest in einem sauberen und mit klarem Wasser ausgespülten Glas im Kühlschrank aufbewahren (das wird die Grundlage des nächsten Sauerteigbrotes). Zum Verschließen nur eine Klarsichtfolie locker auf das Glas legen. Den abgenommenen Teig mit den restlichen Zutaten verkneten bis eine homogene Masse entstanden ist. Daraus dann mit viel Mehl (Teig klebt relativ stark) einen Laib formen und ca. 1 Stunde gehen lassen. Laib einschneiden und bei 250°C 1 Stunde lang backen. Nach 15 Minuten auf 180°C herunterregeln. Beim Einschließen des Brotes in den Ofen eine Tasse Wasser auf den Ofenboden schütten.

*Zubereitungszeit am Backtag: ca. 3 Stunden*



[www.brotbacken.de](http://www.brotbacken.de)