

13. März 2010

## Mehrkornbrot

Nachdem mich Stefanie an ein Rezept erinnert hat, das längst aus meinem Kopf verdrängt war, musste es diese Woche einfach nachgebacken werden: das Mehrkornbrot von breadcetera. Einige Zutaten habe ich aus Mangel an Alternativen verändert. Obwohl ich sehr zufrieden mit der lockeren Krume bin, ist es mir (wie bei vielen anderen von Steves Rezepten) ein Rätsel, wie er eine solch riesenporige Krume hinbekommt. Wahrscheinlich liegt es überwiegend am speziellen Mehl, das er verwendet ...

Ich habe die abschließende Teigruhe von 2 Stunden gestaffelt. Das heißt, nur zwei Brote haben volle 2 Stunden Ruhe gehabt, der dritte ist schon nach 1 Stunde in den Ofen gekommen. Das Resultat: die Krume des dritten Brotes ist etwas lockerer als die der beiden Brote, die eine längere Teigruhe hatten. Wie oben schon geschrieben, ist es mir unerklärlich, wie mit oder ohne lange Teigruhe eine Krume wie bei SteveB entsteht ... Zauberei?

### Weizensauerteig

- 250 g Weizenmehl 1050
- 315 g Wasser
- 50 g Anstellgut

### Brühstück

- 95 g Weizenschrot
- 95 g Leinsamen
- 40 g Sonnenblumenkerne
- 35 g Kürbiskerne
- 75 g Haferflocken
- 7 g Salz
- 405 g Wasser

### Hauptteig

- 560 g Sauerteig
- Brühstück
- 500 g Weizenmehl 1050
- 250 g Weizenvollkornmehl
- 360 g Wasser
- 15 g Salz
- 3 g Trockenhefe

Sauerteigzutaten mischen und 16-18 Stunden bei 22-26°C reifen lassen.

Die Brühstückzutaten vermengen und mit kochendem Wasser übergießen.

Mindestens 3 Stunden, besser länger, quellen und abkühlen lassen.

Für den Hauptteig den Sauerteig im Wasser mit einem Schneebesen 1 Minute lang auf mittlerer Stufe schaumig schlagen.

Dann Mehl und Hefe zugeben und mit dem Knethaken 2 Minuten langsam vermengen.

30 Minuten Teigruhe.

Salz zugeben und 5 Minuten bei mittlerem Tempo kneten.

Nun folgt das Brühstück, das langsam untergemischt und anschließend 5 Minuten auf mittlerer Stufe eingeknetet wird.

2 Stunden Teigruhe bei 20-22°C.

Nach 1 Stunden einmal falten.

Dann 3 Teiglinge abstechen und zu ovalen Broten formen, die weitere 2 Stunden bei 20°C gehen sollten.

Einschneiden und bei 230°C 40 Minuten lang backen.

Die ersten 20 Minuten viel Dampf zugeben.

*Zubereitungszeit am Backtag: ca. 6 Stunden*

