

26. Juli 2010

Roggenbrot mit Weizenschrot

Eine Schnellschuss-Eigenkreation. Dünn geschnitten und herzhaft belegt schmeckt das sehr dichte Brot am besten. Die Salzzugabe im Sauerteig ist optional und sollte vor allem bei sehr hoher Raumtemperatur angewendet werden, um dem Sauerteig etwas mehr Zeit zum reifen zu lassen.

Der Wasseranteil im Teig kann vielleicht noch erhöht werden. Auch der finale Gehprozess würde eventuell noch ein paar Minuten Zeit vertragen. Ich musste mich auf 60 Minuten beschränken, weil ein anderes Brot in den Ofen musste, das keine Übergare bekommen sollte ;-).

Sauerteig

- 150 g Roggenmehl 1370
- 150 g Wasser
- 15 g Anstellgut
- (1 g Salz)

Brühstück

- 150 g Weizenschrot (mittel)
- 150 g Wasser
- 9 g Salz

Hauptteig

- Sauerteig
- Brühstück
- 200 g Roggenmehl 1150
- 5 g Frischhefe
- 5 g Roggenmalz
- 50 g Wasser
- 50 g Sonnenblumenkerne (geröstet)
- 50 g Kürbiskerne (geröstet)

Die Sauerteigzutaten vermengen und 12-15 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

Für das Brühstück Wasser aufkochen und mit Salz und Weizenschrot vermengen.

Mindestens 3 Stunden quellen und abkühlen lassen.

Ist der Sauerteig ausreichend gereift, alle Zutaten 5 Minuten lang langsam verkneten. In der letzten Knetminute die gerösteten Sonnenblumen- und Kürbiskerne zufügen.

Den Teig 60 Minuten ruhen lassen.

Dann zu einem Laib formen und im Gärkorb nochmals 60 Minuten gehen lassen.

Mit Wasser abstreichen, einschneiden und bei 250°C 15 Minuten backen.

Nach weiteren 30 Minuten bei 210°C ist das Brot fertig.

Nochmals mit Wasser abstreichen und 24 Stunden auskühlen lassen.

Zubereitungszeit am Backtag: ca. 3 Stunden

