

6. März 2010

## Rustikales Mehrkornbrot

Ein Erstversuch nach eigenem Rezept. Das Brot schmeckt nicht nur gut, sondern sieht auch verführerisch aus ...

### Roggensauerteig

- 100 g Roggenmehl 1150
- 100 g Wasser
- 20 g Anstellgut

### Weizensauerteig

- 100 g Weizenmehl 1050
- 100 g Wasser
- 20 g Anstellgut

### Brühstück

- 100 g 5-Korn-Schrot (mittel)
- 50 g 7-Korn-Mischung
- 150 g Wasser
- 10 g Salz

### Hauptteig

- 200 g Roggensauerteig
- 200 g Weizensauerteig
- Brühstück
- 100 g Roggenvollkornmehl
- 100 g Weizenvollkornmehl
- 5 g Roggenmalz
- 5 g Frischhefe

Die Sauerteigzutaten gut vermischen und bei 22-23°C 16-18 Stunden abgedeckt stehen lassen.

Für das Brühstück kochendes Wasser über die Zutaten geben und mindestens 5 Stunden quellen lassen.

Alle Teigzutaten 10 Minuten langsam und 5 Minuten auf mittlerer Stufe verkneten bis ein klebriger, aber formstabiler Teig entstanden ist.

30 Minuten Teigruhe.

Dann einmal falten, zu einem Quadrat flachdrücken, eine Seite zu einem Drittel zum Körper hinschlagen und die gegenüberliegende Seite des Teiges darüber legen. Den Teigling durch Rollen etwas in Form bringen und mit der Naht nach unten in einen Gärkorb legen.

45-60 Minuten Gare.

Dann den Teigling mit viel Dampf bei 250°C 15 Minuten und ohne Dampf weitere 25 Minuten bei 210°C backen.

*Zubereitungszeit am Backtag: ca. 3 Stunden*



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