

19. April 2011

## Aus alt mach neu: Kürbiskernvollkornbrot (2. Versuch)

Nach meinem ersten und etwas zu flach geratenen Versuch, mein Kürbiskernvollkornbrot zu überarbeiten, folgt nun der zweite Anlauf. Die Veränderungen sind augenscheinlich: zwei Sauerteige, mehrere Faltvorgänge und natürlich ein deutlich besserer, weil vielfältigerer Geschmack.

Kurios ist, dass der Teig dieses Mal sehr fest war und die Krume letztlich dichter als beim (eigentlich) missglückten Versuch war. Der Geschmack ist trotzdem überzeugend.

### Roggensauerteig

- 75 g Roggenvollkornmehl
- 75 g Wasser
- 10 g Anstellgut

### Weizensauerteig

- 75 g Weizenvollkornmehl
- 75 g Wasser
- 10 g Anstellgut

### Hauptteig

- Sauerteige
- 40 g Kürbiskerne (geröstet)
- 20 g Kürbiskerne (nicht geröstet; als Belag)
- 75 g Weizenvollkornmehl
- 50 g Wasser
- 75 g Roggenvollkornmehl
- 6 g Salz

Die jeweiligen Sauerteigzutaten mischen und bei Raumtemperatur 14-18 Stunden reifen lassen.

Alles außer die Kürbiskerne 5 Minuten langsam und 10 Minuten auf zweiter Stufe verkneten, bis sich der Teig vom Boden löst. Dann die gerösteten Kürbiskerne langsam einkneten.

2 Stunden Gare, dabei alle 30 Minuten einmal falten.

Den Teig entgasen, rund wirken, abstreichen und in den ungerösteten Kürbiskernen wälzen.

Im Gärkorb mit Schluss nach oben 45 Minuten zur Gare stellen.

Bei 250°C fallend auf 200°C 40 Minuten mit Dampf backen. Sollten die Kerne zu dunkel werden, den Laib mit Alufolie abdecken.

*Zubereitungszeit am Backtag: ca. 4 Stunden*



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