

21. März 2012

Vollkornbrot 50/50 nach Franz Josef Steffen

Nachdem ich bei der letzten Mehlbestellung aus Versehen deutlich mehr Vollkornmehl geordert hatte als beabsichtigt, musste ein Rezept für Vollkornbrot her. Fündig geworden bin ich im Buch „Brotland Deutschland“ von Franz Josef Steffen (2. Band). Ich habe mich aus experimentellen Gründen für das Monheimer Salzssauer-Verfahren entschieden. Dabei wird der Sauerteig einstufig geführt, allerdings bei fallender Temperatur und mit etwas Salz darin. Der Sauerteig kann dann bei voller Reife bis zu zwei Tage bei kühlen Temperaturen (15-18°C) stabil gehalten werden. Ich habe ihn trotzdem sofort verbacken.

Das Brot ist kräftig bis herb im Geschmack, hat eine sehr angenehme saftige Krume und ist dank der gut ausgebackenen Kruste ein wunderbares Brot für alle würzigeren Beläge.

Roggensauerteig (Monheimer Salzssauer)

- 110 g Roggenvollkornmehl
- 110 g Wasser
- 20 g Anstellgut
- 2 g Salz

Hauptteig

- Sauerteig
- 130 g Roggenvollkornmehl
- 250 g Weizenvollkornmehl
- 225 g Wasser (warm)
- 5 g flüssiges Gerstenmalz
- 8 g Frischhefe
- 9 g Salz

Die Sauerteigzutaten mischen und fallend von 30°C auf 20°C für ca. 20 Stunden reifen lassen.

Alle Zutaten 4 Minuten auf niedrigster und 3 Minuten auf zweiter Stufe verkneten. Der Teig hat eine zähklebrige Konsistenz und sollte eine Temperatur von etwa 28°C aufweisen.

45 Minuten Gare (28°C).

Einen länglichen Laib formen und mit Schluss nach oben im bemehlten Gärkorb 90 Minuten zur Gare stellen.

Bei ca. 3/4-Gare 55 Minuten bei 270°C fallend auf 210°C mit Dampf kräftig backen. Sofort nach dem Backen mit Wasser abstreichen.

Zubereitungszeit am Backtag: ca. 3 Stunden



www.brotbacken.de