

# BAUERNBROT

## MIT SAUERTEIG



### Sauerteig:

7 EL SPAR Roggenmehl Type 960  
70-100 ml lauwarmes Wasser

### BAUERNBROT:

#### Vorteig:

250 g SPAR Roggenmehl Type 960  
120 g Sauerteig (selbst angesetzt)  
300 ml lauwarmes Wasser

#### Hauptteig:

250 g SPAR Roggenmehl Type 960  
250 g SPAR Weizenmehl  
ca. 200-250 ml lauwarmes Wasser  
1 EL Brotgewürz



TIPP VON KOCH-SHOOTINGSTAR

**DIDI MAIER**



Den Brotlaib vor dem Backen ganz leicht einschneiden, damit die Gase im Ofen entweichen können.

### SAUERTEIG:

Schritt 1: 3 EL Mehl und Wasser in einer Schüssel zu einem glatten Teig verrühren. (Konsistenz wie bei einem Palatschinkenteig) Schüssel abdecken und 6 Stunden bei Raumtemperatur rasten lassen.

Schritt 2: Abermals ca. 1-2 EL Roggenmehl unterrühren bis der Teig eine festere Konsistenz (wie bei Grießbrei) bekommt. Wieder zugedeckt ruhen lassen bis der Teig Blasen wirft. Dauer: ca. 2-3 Tage.

Schritt 3: Wieder 1-2 EL Roggenmehl unterrühren. Abermals zugedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen bis der Teig sauer riecht. Ab jetzt kann er zum Backen verwendet werden.

### BAUERNBROT:

Vorteig: Alle Zutaten in einer Schüssel gut vermengen und zugedeckt für weitere 6 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen.

Hauptteig: Alle Zutaten gut miteinander vermischen, anschließend mit dem Vorteig vermengen und zu einem Brotteig kneten. Den Laib mit einem Geschirrtuch abdecken und abermals 1-2 Stunden rasten lassen. In der Zwischenzeit den Ofen auf 250 Grad Ober-/Unterhitze erhitzen.

Mit einer Schale Wasser etwas Dampf in den Ofen bringen und das Brot ca. 60 Minuten backen. Sobald das Brot oben eine hellbraune Kruste erhält, die Temperatur auf 160 Grad reduzieren.

Wenn das Brot auf der Bauchseite hohl klingt beim draufklopfen dann ist es in der Regel fertig gebacken.