



Roggenmischbrot aus Sauerteig

Für den Sauerteig 100 g Roggenmehl mit 100 g Wasser vermischen und an einem warmen Ort 48 Stunden stehen lassen. Dabei gut abdecken, aber möglichst nicht luftdicht verschließen.

Nach den 2 Tagen weitere 100 g Mehl und 100 g Wasser zugeben. Wieder mischen und weitere 24 Stunden stehen lassen.

Dann die restlichen 200 g Mehl und 200 g Wasser zugeben und weitere 24 Stunden stehen lassen.

Für das Brot die angegebenen Zutaten für den Hauptteig mit 700 g des fertigen Sauerteigs vermischen. (Den übrigen Sauerteig in ein Schraubglas oder eine Plastikdose mit Deckel geben. Man braucht ihn für das nächste Brot.) Gut durchkneten und noch einmal ca. 1 Stunden gehen lassen. Anschließend noch einmal kneten und einen Brotlaib formen (nach Belieben auch zwei kleinere). Noch etwa 30 Minuten aufgehen lassen und dann im vorgeheizten Backofen bei 200 °C Ober-/Unterhitze für etwa 70 - 80 Minuten backen. Damit die Kruste schön knusprig wird, das Brot während des Backvorgangs mehrfach mit kaltem Wasser bepinseln.

Hinweis: Den übrig gebliebenen Sauerteig kann man im Kühlschrank gut für 1 bis 2 Wochen verwahren. Um dann ein neues Brot zu backen, lediglich 350 g Roggenmehl und 350 g Wasser zugeben. Dieser Sauerteig ist dann schon nach 24 Stunden fertig.

Arbeitszeit	ca. 20 Minuten
Ruhezeit	ca. 4 Tage 2 Stunden
Koch-/Backzeit	ca. 1 Stunde 10 Minuten
Gesamtzeit	ca. 4 Tage 3 Stunden 30 Minuten
Schwierigkeitsgrad	normal
Kalorien p. P.	ca. 3627



Zutaten für 1 Portionen:

Für den Sauerteig:

400 g Roggenmehl

400 g Wasser, lauwarmes

Für den Hauptteig:

350 g Roggenmehl

300 g Weizenmehl

20 g Salz

20 g Hefe

300 g Wasser, lauwarmer

Rezept von: Kerstin81