

Rezept Sauerteigbrot

für ein kleines Brot:

75 g Anstellgut

170 ml lauwarmes Wasser

35 g Roggenvollkornmehl

215 g Dinkelvollkornmehl

eine kleine Prise Salz

für ein großes Brot:

150 g Anstellgut

340 ml lauwarmes Wasser

70 g Roggenvollkornmehl

430 g Dinkelvollkornmehl

eine große Prise Salz

Du löst das Anstellgut im lauwarmen Wasser auf und mischt nach und nach alle weiteren Zutaten unter.

10 Minuten muss diese Masse geknetet werden. Es entsteht ein klebriger Teig, der sich dann zugedeckt an einem warmen Ort nach ca. 3 Stunden an Größe verdoppeln sollte. Anschließend kannst Du diesen mit wenig Mehl zu einem Brotlaib formen.

In einem Sieb, das Du mit einem sauberen Geschirrhandtuch ausgelegt hast und auf das Du Mehl streust, stellst Du das Ganze für 12 Stunden in den Kühlschrank.

Optimal backen lässt sich das Brot in einem Tontopf mit Deckel. Du kannst es aber auch ganz einfach auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen. Dazu dann eine kleine feuerfeste Schüssel mit Wasser mit in den Ofen stellen. Das verhindert ein zu starkes Austrocknen beim Backen.

Backzeit ca. 50 Minuten bei 220 Grad. Vergiss nicht, das Brot vorher einzuschneiden, so dass es beim Backen schön aufspringt. Fertig ist Dein Brot, wenn es beim Klopfest hohl klingt.

Viel Erfolg beim Nachbacken!