23.10.2025 08:50 1/2 Sauerteig-Roggen Brot

# Sauerteig-Roggen Brot

Die Kunst ein Brot zu backen - ganz einfach mit Sauerteig ohne Hefe Dieses Brot braucht keine besonderen Zutaten, dafür aber sehr viel Zeit. Es ist dafür sehr entspannend.



# Vorbereitungszeit:

14:00 h -

500 ml Wasser lauwarm 600 gr. Roggenvollkorn Mehl Roggen-Sauerteig

### **Zutaten:**

1000 gr. Roggenvollkorn Mehl

## **Zubereitung:**

Den Sauerteig-Ansatz, wie im Vorbereitungszeit beschrieben, ansetzen. Also Wasser und Mehl zu einer zähen Masse (ich vergleiche es wie mit einer Quarkspeise) verrühren und den Sauerteig (1 Glas voll) zugeben und verrühren. Den Kessel / Schüssel abdecken und in der Küche für 16 Std. stehen lassen.



#### Info:

Das Rezept habe ich von Alexander Broy. Hier der Link: —> https://www.youtube.com/watch?v=Wapv8XflgU8&list=RDCMUCaA8RJ-7s-CFwWjHR2qDg3w&start\_ra dio=1&t=4s

Mein Rezept habe ich für 1 KG Mehl aus gelegt und mit einem Brotgewürz von Ankerkraut abgewandelt.

### **Historie:**

30.9.21 bis 1.10.21 mein erster Versuch

Brote Essen und Mehr

From

https://ddws.de/ - d.d.w.s. Ihr Essen und Mehr

Permanent link:

https://ddws.de/brote:sauerteig-roggen-brot?rev=1633867751

Last update: 25.03.2022 18:16



https://ddws.de/ Printed on 23.10.2025 08:50