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.

Am Morgen wird nun ein Glas an dem „verjüngtem“ Sauerteig abgenommen. Dieser ist nun der Sauerteig für das nächste Brot. Nun den Rest des Mehls mit etwas Wasser, mit Salz und Gewürze, unterarbeiten. Der teig ist nun deutlich fester und schwerer. Die Schüssel abdecken und für 5 - 6 std. den Teig ein weiteres mal gehen und ruhen lassen.

Info:
Das Rezept habe ich von Alexander Broy. Hier der Link: —> reines Roggensauerteig-Brot
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
10.10.21 bis 11.10.21 mein zweites Brot für die Dokumentation

---

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=1633940435

Last update: **25.03.2022 18:16**