100% Roggenvollkorn Brot

Zutaten: für 3 Kastenbrote
Vollkornsauerteig:
300 g Roggenvollkornmehl
300 g Wasser
30 g Anstellgut

Hauptteig:
630 g reifer Vollkornsauerteig
500 g Roggenvollkornmehl
300 g Wasser
16 g Meersalz
7 g Hefe (Vorsicht: erst gegen Ende der ersten Mischphase)

Zubereitung:
Alle Zutaten außer Hefe im langsamen Gang 20 Minuten mischen (Hefe erste kurz vor Ende der Mischzeit beimengen).
Danach wird eine 30 Minuten lange Ruhezeit eingelegt. Anschließend wird der Teig weitere 10 Minuten am langsamen Gang gemischt. Um dem Teig die gewünschte Teigfestigkeit zu geben, ggf. kann noch einmal Wasser nachgeschüttet werden.
Der Teig reift nun für weitere 20 Minuten im Kessel, und wird danach in drei gleich große Teile geteilt. Rund wirken und sofort in einen Backrahmen legen, mit Mehl bestauben und auf gare stellen.

Tip:

Historie:

Brote
Essen und Mehr

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

Permanent link:
https://www.ddws.de/brote:100_roggenvollkornbrot?rev=1711562752

Last update: **27.03.2024 19:05**