Bio Roggenvollkorn Gewürzstangerl

Rezept ergibt 10 Stück à 100g

Knetzeit: 8 Minuten langsam

Teigruhe nach dem Kneten: 30 Minuten

Gehzeit vor dem Backen: ca. 30 Minuten (Raumtemperatur)

Backzeit: 24 Minuten bei 220°C Heißluft bzw. 240°C Ober-Unterhitze

Miele Combidampfgarer: 24min 220°C 30% Feuchte
Miele Klimagaren: 2 Dampfstöße manuell auslösen, 24min 220°C

ZUTATEN

- 400g Wasser 32°C
- 18g frische Hefe
- 500g Bio Roggenvollkornmehl fein gemahlen
- 12g Salz
- 12g Bio Gerstenmalzmehl
- 50g Bio Roggenvollkornsauerteig getrocknet
- 25g Bio Brotgewürz (Kümmel, Fenchel, Koriander)
- 3g Bio Fenchel ganz
- 25g Speiseöl oder Schweineschmalz

Bio Backzutaten und Zubehör finden Sie auf www.derbackprofi-shop.at

ZUBEREITUNG

1. Wasser temperieren und abwiegen, frische Hefe darin mit einem Schneebesen auflösen.
2. Roggenkorn frisch mahlen oder eben fertiges Roggenvollkornmehl verwenden, die Zutaten genau einwiegen und den Teig wie angegeben kneten.
3. Den Teig nach dem Kneten zugedeckt 30 Minuten rasten lassen.
4. Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und Teigstücke zu ca. 95-100g auswiegen.
5. Mit leicht feuchten Händen nun die Teiglinge zuerst rund formen und dann zu länglichen Stangerl mit einer Länge von ca. 15cm rollen.
6. Anschließend die Stangerl recht kräftig in Roggenvollkornmehl wälzen.
7. Die Stangerl dann auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen.
8. Ca. 30min bei Raumtemperatur zugedeckt gehen lassen.
9. Den Backofen in der Zwischenzeit auf 220°C Heißluft vorheizen.
10. Vor dem Backen leicht mit Wasser besprühen, grobes Salz und Kümmel auf die Stangerl geben und in den Backofen schieben.
11. Mit etwas Dampf backen. (Während des Backens ein hitzebeständiges Gefäß mit Wasser oder Eiswürfeln in den Ofen stellen!).
12. Auf einem Küchenrost gut auskühlen lassen.

Zum online Rezept:

Ofner DER BACKPROFI – Josefa-Posch-Straße 1 – 8200 Gleisdorf – Österreich
Brot Hotline: +43 (0) 3112/ 38804 • E-Mail: office@derbackprofi.at
www.derbackprofi.at • www.derbackprofi-shop.at • www.facebook.com/ofnerderbackprofi

Alle Rezepte von Christian Ofner sind urheberrechtlich geschützt und dürfen nur für den privaten Gebrauch verwendet werden. Die Verbreitung und Nutzung dieser Rezepte ist an eine schriftliche Genehmigung gebunden.