# Bio Vollkornbrot light mit Natursauerteig

**Menge für 2 Brote á 500g oder ein Brot á 1000g**

**Knetzeit:** 6 Minuten langsam

**Teigruhe nach dem Kneten:** 45 Minuten

**Gehzeit vor dem Backen:** ca. 45 - 60 Minuten

**Backzeit:** 1kg Brot 55 Minuten, 2 kleine Brote 35-40 Minuten bei 250°C fallend auf 180°C

**Miele Combidampfgarer:** 8 Minuten 250°C 100% Feuchte, mit 180°C Ober-Unterhitze fertig backen.
**Miele Klimagaren:** 2 Dampfstöße manuell auslösen, 8min bei 250°C, mit 180°C Ober-Unterhitze fertig backen.

## ZUTATEN

- 20g Anstellgut aus dem Kühlschrank (alter Sauerteig)
- 80g Wasser 35-40°C
- 80g Bio Roggenmehl Type 960
- ergibt
- **180g Roggensauerteig**

- 430g Wasser 40°C
- 6g frische Hefe (nach Wunsch)
- 310g Bio Roggenvollkornmehl
- 250g Bio Dinkelmehl Type 700
- 14g Salz
- 15g Bio Brotgewürz (Kümmel, Fenchel, Koriander)
- 12g Schweineschmalz oder Öl

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

## ZUBEREITUNG

1. Für den Sauerteig das Anstellgut, temperiertes Wasser und Roggenmehl vermengen und bei Raumtemperatur ca. 16-18 Stunden reifen lassen.
2. Hauptteig zubereiten, hierfür Wasser temperieren, Sauerteig und ggf. frische Hefe darin auflösen und die restlichen Zutaten mit einem Kochlöffel kurz durchmischen.
3. Teig wie in der Anleitung beschrieben kneten. Anschließend zugedeckt 45 Minuten rasten lassen.
4. Teig auf eine stark bemehlte Arbeitsfläche geben.
5. Eine geeignete Kastenbackform für 1000g oder zwei Backformen für 500g vorbereiten.
6. Für zwei kleine Brote den Teig halbieren und rund formen (Wirken). Anschließend von oben und unten einschlagen und zu einem Wecken formen.
7. Die Oberfläche des Brotes mit Wasser befeuchten und in Sesam wälzen. Mit dem Schluss nach unten das Brot dann in die Kastenform legen.
8. Die Brote mit einem Tuch abdecken und bei Raumtemperatur gehen lassen, bis an der Oberfläche starke Risse zu erkennen sind.
9. In der Zwischenzeit den Backofen vorheizen und ein feuerfestes Gefäß in den Backofen stellen.
10. Eiswürfel oder Wasser in das feuerfeste Gefäß im Backofen geben. Vorsicht: Verbrennungsgefahr!
11. Wenn sich an der Oberfläche der Brote leichte Risse gebildet haben in die mittlere Schiene des Backofens schieben.
12. Nach etwa 8 Minuten die Backofentüre leicht öffnen und die Hitze entweichen lassen. Mit 185°C fertig backen.
13. Nach der Backzeit gleich aus der Kastenform stürzen.
14. Das Brot muss sich nach der Backzeit beim Klopfen an der Unterseite „hohl" anhören, dann ist es gut durchgebacken.
15. 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.