

Bio Vollkornbrot light mit Trockensauerteig und Hefe



Knetzeit: 5min langsam, 1 Minute intensiver

Teigruhe nach dem Kneten: 30 Minuten

Gehzeit vor dem Backen: ca. 30 - 45 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

- 500g Wasser 32°C
- 18g frische Hefe
- 390g Bio Roggenvollkornmehl
- 250g Bio Dinkelmehl Type 700
- 14g Salz
- 35g Bio Roggenvollkornsauerteig getrocknet
- 15g Bio Brotgewürz (Kümmel, Fenchel, Koriander)
- 12g Schweinefett oder Speiseöl

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



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

ZUBEREITUNG

1. Wasser temperieren, abmessen bzw. abwiegen und die Hefe darin mit einem Schneebesen auflösen.
2. Die restlichen Zutaten einwiegen und alle Zutaten mit einem Kochlöffel kurz durchmischen.
3. Teig wie in der Anleitung beschrieben kneten.
4. Anschließend zugedeckt 30 Minuten rasten lassen.
5. Teig auf eine stark bemehlte Arbeitsfläche geben.
6. Eine geeignete Kastenbackform für 1000g oder zwei Backformen für 500g vorbereiten.
7. Für zwei kleine Brote den Teig halbieren und rund formen (Wirken).
8. Anschließend von oben und unten einschlagen und zu einem Wecken formen.
9. Die Oberfläche des Brotes mit Wasser befeuchten und in Sesam wälzen.
10. Mit dem Schluss nach unten das Brot dann in die Kastenform legen.
11. Die Brote mit einem Tuch abdecken und bei Raumtemperatur gehen lassen, bis an der Oberfläche starke Risse zu erkennen sind.
12. In der Zwischenzeit den Backofen vorheizen und ein feuerfestes Gefäß in den Backofen stellen. Eiswürfel oder Wasser in das feuerfeste Gefäß im Backofen geben. Vorsicht: Verbrennungsgefahr!
13. Wenn sich an der Oberfläche der Brote leichte Risse gebildet haben in die mittlere Schiene des Backofens schieben.
14. Nach etwa 8 Minuten die Backofentüre leicht öffnen und die Hitze entweichen lassen. Mit 180°C fertig backen.
15. Nach der Backzeit gleich aus der Kastenform stürzen.
16. Das Brot muss sich nach der Backzeit beim Klopfen an der Unterseite „hohl“ anhören, dann ist es gut durchgebacken.
17. Auf einem Küchenrost gut auskühlen lassen.

Zum online
Rezept:

