

VOLLKORNBROT-NEUNERLEI

AROMATISCHES BROT MIT KERNEN UND SAATEN



STÜCK

1 Laib



ZUBEREITUNGSZEIT GESAMT

~15 Stunden



ZEIT AM BACKTAG

~ 4 Stunden



SCHWIERIGKEITSGRAD

1 / 3

ZUTATEN

WEIZENSAUERTEIG

50g Weizenmehl (W700)
50g Wasser
5g Anstellgut

BRÜHSTÜCK

30g Haferflocken
30g Kürbiskerne
30g Sonnenblumenkerne
30g Leinsamen
140g kochendes Wasser

HAUPTTEIG

10g Altbrot
230g Wasser
65g Roggenvollkornmehl
80g Weizenvollkornmehl
30g Dinkelvollkornmehl
30g Einkornvollkornmehl
125g Weizenmehl (W700)
4g Frischhefe
12g Salz
65g Karotten, fein geschnitten

WEIZENSAUERTEIG & BRÜHSTÜCK

Für den Sauerteig alle Zutaten in einer Schüssel verrühren, durchmischen und zugedeckt bei Raumtemperatur 10-12 Stunden reifen lassen.

Für das Brühstück Flocken und Kerne in eine Schüssel geben, mit kochendem Wasser überbrühen, gut verrühren und einige Stunden abkühlen lassen.

HAUPTTEIG

Für den Hauptteig das Altbrot 15 Minuten im Wasser einweichen und dann pürieren. Weizensauerteig, alle Mehle und Hefe dazugeben und den Teig 10 Minuten langsam mischen. Salz und Brühstück hinzufügen und weitere 10 Minuten langsam mischen. Gegen Ende des Mischprozesses die geschnittenen Karotten in den Teig geben.

Den fertigen Teig zudecken und in der Knetschüssel 60 Minuten rasten lassen.

AUFARBEITUNG

Eine Backform dünn mit Öl auspinseln. Den weichen Teig mit einer nassen Teigkarte in die Backform geben. Die Oberfläche des Teiges mit nassen Händen glatt streichen. Den Teigling mit verschiedenen Saaten bestreuen und in der Kastenform ca. 45 Minuten zur Stückgare stellen.

BACKEN

Den Backofen auf 230 °C vorheizen und die Backform mit dem aufgegangenen Teig in den Ofen geben. Beschwaden und nach 10 Minuten die Temperatur auf 190 °C reduzieren. Das Brot weitere 50 Minuten fertig backen.

Vor dem Stürzen das Brot noch ca. 20 Minuten in der Form abkühlen lassen.

Hard Facts Hauptteig



Teigtemperatur 26-28 °C



Teigruhe ~ 1 Std. 45 min



Backtemperatur 230 °C/190 °C



Backdauer 1 Std.