

Brotteig - Ohne Hefe

Kategorien: Brot, Backen

Zutaten für: 2 Brote

VORTEIG

400		Roggenmehl
1	geh. EL	Grundansatz
1/2		Warmes Wasser

HAUPTTEIG

600		Roggenmehl
600		Weizenmehl (oder 400/800 Roggen/Weizen)
250		Körner (Sonnenblumen-, Leinsamen, Sesam- usw.)
2		Meersalz
3/4		Warmes Wasser

Anleitung:

VORTEIG:

mit Handmixer gut mischen und abgedeckt (Handtuch) 5-20 Stunden bei ca. 20°C stehen lassen. Danach 1 gehäuften EL abnehmen und im Kühlschrank in einem nicht verschlossenen Glas aufbewahren.

HAUPTTEIG:

10 Minuten mit dem Handmixer mischen und stehenlassen, bis der Teig unter dem Deckel ist. Dann mit nassen Händen durchkneten, in die Backform(en) füllen und Körner draufstreuen.

Die Backformen mit dem Teig in Plastiktüten nochmals für ca. 1- 1 1/2 Stunden gehen lassen. Dann im vorgeheizten Ofen erst 10 Minuten lang bei 250°, dann 50-60 Minuten lang bei 180° fertig backen.