

## Sauerteig

Kategorien: Backen, Pikant, Sauerteig

Zutaten für: 1 Rezept

100	Gramm	Roggenmehl
200	Gramm	Wasser
25	Gramm	Bienenhonig

### Anleitung:

Mehl in ein 1 l-Konfituerenglas geben, gut mit Wasser und Honig verruehren. Das Glas zubinden mit einem Stueck Gaze oder Kafeefilterpapier (mit Faden oder Gummiring). An einem warmen Ort stellen.

Alle 12 Stunden gut umruehren. Nach 24 Stunden kann der Sauerteig zum ersten Mal eingesetzt werden.