

## Sauerteigs - Herstellung eines ("Neuer")

Kategorien: Grundlagen, Informationen, Brot, Backen

Zutaten für: 1 Keine Angabe

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 Kaffeefilterpapier (mit Faden oder Gummiring). An einen warmen Ort stellen. Alle 12 Stunden gut umruehren. Nach 24 Stunden zeigen sich Blaeschen. Das Teigvolumen vergroessert sich. Nach 48 Stunden kann dieser Sauerteig zum ersten Mal eingesetzt werden.

Ob Sie einen wie oben beschriebenen Sauerteig oder einen gekauften oder Extrakt verwenden: alle drei Arten ergeben immer wieder verwendbaren Sauerteig, wenn man ihn nicht laenger als 3 Wochen aufbewahrt.