

Hausbrot

Ein Rezepttipp von der ersten Waldviertler Bio-Backschule.



Hausbrot © Waldviertler Bio-Backschule

Infos

 03:00 h  Mittel

Merkmale

- Vegan

Zubereitung

Anstellgut:

1. Stufe 50 g Roggenmehl mit 50g lauwarmem Wasser verrühren und an einem warmen Ort 24 bis 48 Stunden ruhen lassen. Dabei mit einem Tuch oder mit einem Deckel lose zudecken.
2. Stufe Nochmals 50 g Roggenmehl und 50 g lauwarmes Wasser hinzufügen und verrühren. Anschließend wieder 24 Stunden ruhen lassen.
3. Stufe Erneut 50 g Roggenmehl und 50 g Wasser abwiegen und mit dem Sauerteig vermischen. Wieder 24 Stunden rasten lassen. Danach ebenfalls locker zugedeckt (zb. in einem Rexglas mit Glasdeckel ohne Gummidichtung) in den Kühlschrank stellen.

Zutaten

Für das Anstellgut:

- 3 x 50 g Roggenmehl (Vollkorn oder Type 960)
- 3 x 50 g Wasser

Für den Sauerteig:

- 12 g Anstellgut
- 125 g Roggenmehl Type 960
- 108 g Wasser, lauwarm

Dieser Ansatz dient als Anstellgut für die Herstellung von Sauerteig. Er kann im Kühlschrank gelagert und wird einmal in der Woche „gefüttert“. Dazu den Ansatz aus dem Kühlschrank nehmen und mit je 30 g Mehl und Wasser vermischen. Einige Stunden bei Raumtemperatur stehen lassen, bis der Teig beginnt sichtbar zu reagieren. Anschließend wieder in den Kühlschrank stellen.

Sauerteig:

Die Zutaten für den Sauerteig vermischen und bei Zimmertemperatur für 12 bis maximal 18 Stunden rasten lassen.

Hauptteig:

Dann mit den restlichen Zutaten entweder per Hand oder auf niedriger Stufe in der Küchenmaschine vermischen. Danach den Teig etwa 30 Minuten in der Schüssel rasten lassen und anschließend auf ein bemehltes Brett stürzen. Zu einem runden oder länglichen Laib wirken und in ein gut bemehltes Gärkorbchen (Simperl) legen. Weitere ca. 45 Minuten rasten lassen, bis das Brot aufgegangen ist.

Inzwischen den Backofen auf 250° C aufheizen, auch das Backblech mitaufheizen. Dann das Brot auf das vorgeheizte Blech stürzen, Blech ins Rohr schieben und den Backraum mittels Sprühflasche oder Dampffunktion „beschwaden“.

Brot ca. 10 Minuten bei 250 ° C anbacken, dann die Temperatur auf 200 ° C reduzieren und weitere ca. 30 Minuten backen.

Das Brot ist fertig, wenn es eine Kerntemperatur von 95-97 ° C erreicht hat. Brot aus dem Ofen nehmen, leicht mit Wasser besprühen und auf einem Gitterrost auskühlen lassen.

Für den Hauptteig:

- 200 g Wasser, lauwarm
- 10 g Hefe (1/4 Würfel)
- 10 g Salz
- 170 g Weizenmehl, Type 700
- 135 g Roggenmehl, Type 960
- 245 g Sauerteig
- optional: 10 g Brotgewürz nach Wahl, geschrotet oder gemahlen

Quellenangabe

Ein Rezepttipp von der [ersten Waldviertler Bio-Backschule](#).