

Sauerteig „Bruno“

213

Hello, Ich bin Bruno, dein neuer Sauerteig.

Einen Tag (ca. 24 Stunden) bevor du Brot backen möchtest, musst du mich wecken:

- Den Inhalt dieses Glases (also mich) in eine große Schüssel geben

233 - 350g Roggenmehl

0,33 - $\frac{1}{2}$ l warmes Wasser dazu, mit dem Löffel verrühren und bei mind. Zimmertemperatur zugedeckt 24h gehen lassen.

Backtag:

Aus der großen Schüssel 2 x 5 EL Teig abnehmen, wieder 7 - 14 Tage im Kühlschrank aufbewahren.

1 x zum verschenken und 1 x für das nächste Brot.

Zum restlichen Teig dazu:

- 350g Roggenmehl 233

- 350g Dinkelmehl 233

- 1 gehäufter EL Salz

- $\frac{1}{2}$ l warmes Wasser 0,33

- wahlweise Leinsamen, Kürbiskerne, Sesam, Käse, getrocknete Zwiebeln,

Mit dem Knethaken alles verrühren und 1h gehen lassen.

2 Kastenformen füllen und wieder 1h gehen lassen.

Die Brote vor dem Backen einritzen.

Eine Schale mit Wasser in den Ofen stellen.

Im vorgeheizten Ofen 20 min. bei 220°C und dann weiter bei 180 Grad 55 min. backen.

!!! Roggenmehl ist für mich Überlebenswichtig !!!