

Schnelles Hausbrot

Gruppe: Brot

Zutaten:

| | |
|--------|---------------------------------|
| 10 dag | Dinkelmehl |
| 15 dag | Roggenmehl |
| 20 dag | Weizenbrotmehl |
| 0,35 l | Wasser |
| 1 dag | Salz |
| 1 dag | Germ frisch |
| 1 dag | Brotgewürz |
| 1 dag | Sauerteigpulver |
| | Körner oder Nüsse nach Belieben |



Zubereitung:

- Die Mehlsorten in einer Schüssel vermischen. Gewürze und Sauerteigpulver einrühren.
- Den Germ einbröseln und das lauwarme Wasser hinzufügen. Alles zu einem eher weichen und geschmeidigen Teig kneten.
- Den Teig zu einem Laib formen und in einem Gärkorbchen oder einer Schüssel ca. 30 Minuten gehen lassen.
- Das Brot nun auf ein Backblech mit Packpapier stürzen, ein Muster einschneiden und mit reichlich Wasser besprenkeln.
- Im vorgeheizten Ofen bei 200°C ca. 50 Minuten backen.
- Das fertige Brot anschließend auf einem Gitter auskühlen lassen.

Tipp: Der Teig kann durch verschiedene Körner oder Nüsse verfeinert werden.

Sauerteig selbst ansetzen:

Die Herstellung von Sauerteig benötigt viel Zeit aber nur wenige Zutaten. 200 g Roggenmehl und 200 g lauwarmes Wasser bilden die Basis. Man beginnt, indem man 50 g Mehl und 50 g Wasser in einem großen Glas verrührt. Dieses bleibt 24 Stunden verschlossen stehen. Dann gibt man wieder 50 g Mehl und 50 g Wasser dazu, verrührt das Ganze und wartet wieder einen Tag. Der Vorgang wird im Rhythmus von 24 Stunden wiederholt, bis die beiden Grundmengen verbraucht sind. Nach ca. zwei Tagen sollte der Teig Bläschen bilden, diese zeigen, dass der Teig zu arbeiten beginnt. Nach etwa fünf Tagen ist der Sauerteig fertig und kann zu Brot verarbeitet werden. Nicht benötigte Mengen können gut verschlossen im Kühlschrank aufbewahrt werden und zu einem späteren Zeitpunkt als Sauerteigansatz wiederverwendet werden. Man beginnt dann einfach, denn Teig erneut mit 50 g Mehl und 50 g Wasser zu füttern.