

Zutaten:

700g Roggenmehl 997 oder -schrot
300g Weizenmehl 1050 oder -schrot
160g Sauerteig
20g Hefe
670ml lauwarmes Wasser ca
3T L Salz
1TL brauner Zucker

Gewürze nach Geschmack (z.B.
Anis, Fenchel, Knoblauchgranulat,
Kümmel, Koriander, Muskatnuss,
Nelken, Zwiebelgranulat)



Backzeit: 60min

Temperatur: 210°C

Zubereitung:

Sauerteig "Starter" mit 100g Roggenmehl oder -schrot und 100ml lauwarmen Wasser verrühren. Abgedeckt bei Zimmertemperatur über Nacht stehen lassen. Bei frischem Sauerteig nächsten Schritt beginnen.

Am nächsten Tag den benötigten aufgefrischten Sauerteig abwiegen und den Rest als "Starter" wieder in den Kühlschrank geben. Die übrigen Zutaten abwiegen und zugeben.

Zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Mit einem Küchentuch abdecken und bei Zimmertemperatur mindestens 1 Stunde gehen lassen.

Der Teig soll ausreichend aufgegangen sein und das Volumen verdoppelt haben.

Teig mit etwas Mehl bestäuben und durchkneten.

Brotteig zu einer Rolle von ca. 32 cm Länge formen.

In den *Marmor/Krusti* hineinlegen und den Teig etwas flachdrücken. Abgedeckt bei Zimmertemperatur mindestens 1 Stunde gehen lassen.

Mit Wasser bestreichen und im vorgeheizten Backofen backen. Das Brot ist durchgebacken, wenn es beim Klopfen auf den Boden hohl klingt.

Backen:

Im *Marmor/Krusti* (34cm) ca. 60 Minuten, bei vorgeheizten Backofen 210°C Ober- und Unterhitze.

Hinweis:

Beim Brotbacken zieht ein herrlicher Duft durchs ganze Haus. Zubereitet aus kräftigem Roggenmehl und nach Belieben mit Haferflocken, Sesam oder Sonnenblumenkernen bestreut. Ob das Brot gut gelingt, hängt bei Roggenbrot nicht zuletzt vom Sauerteig ab.

Roggen ist in Deutschland ein typisches Brotgetreide. Gegenüber Weizen hat er einen höheren Nährwert. Doch Roggen wird erst durch den Zusatz von Sauerteig und Salz backfähig. Die Mikroorganismen des Sauerteiges schließen das Eiweiß im Roggenmehl auf und fördern das Brotaroma. Sauerteig ist länger haltbar.

Tipps und Kniffe:

- * Teige mit Roggenmehl oder -schrot müssen gut geknetet werden.
- * Je höher der Anteil an Roggenmehl, desto klebriger werden die Teige, evtl. Flüssigkeitsmenge reduzieren.
- * Teige mit Schrot brauchen mehr Flüssigkeit als Mehl. Schrot ausreichend quellen lassen, am besten über Nacht, damit er nicht erst bei der Teigzubereitung Flüssigkeit aufnimmt. Das Brot

würde sonst zu trocken.

- * Roggenbrot kann ohne Hefe gebacken werden, die Teigware verlängert sich dann.

- * Je mehr Sauerteig verwendet wird, desto kräftiger schmeckt das Brot.

- * Backferment wirkt ähnlich wie Sauerteig. Die Treibkraft reicht jedoch bei hohen Roggenanteilen nicht aus.

- * Roggen- und Vollkornteige neigen dazu, an der Form festzubacken. Daher ist es empfehlenswert, die Form einzufetten oder mit einer zugeschnittenen *Dauerbackunterlage* auszulegen.

- * Ein Schälchen Wasser im Backofen schützt das Brot vor dem Austrocknen.

- * Eine glänzende Kruste gibt es, wenn das Brot kurz vor Ende der Backzeit mit Salzwasser bestrichen wird.