

Niedersächsisches Bauernbrot



Sauerteig

225 g Roggenmehl 997
225 ml lauwarmes Wasser ca. 35 Grad
25 g Anstellgut

Hauptteig

250 g Weizenvollkornmehl
450 g Weizenmehl 1050
18 g Salz
2 g Hefe
30 g Rübensirup
20 g Apfelessig
310 g kaltes Wasser

Teigruhe 2,5 Stunden | Stückgare 60 Minuten

Vortag:

Sauerteig

Einen Tag vor dem Backen das Mehl mit dem lauwarmen Wasser in einer Schüssel mit Deckel oder Gärbox vermengen und anschließend das Anstellgut (den entnommenen Sauerteig vom letzten Backen) zufügen und gut verrühren. Abgedeckt über Nacht gehen lassen.

Backtag

Zutaten in die Rührschüssel geben und mit der Knetmaschine auf Stufe 1 ca. 6 Minuten (Häussler Nova Stufe 2) durchmischen dann für 7 Minuten (Häussler Nova Stufe 4) auskneten. Den Teig dann 2,5 Stunden in der Schüssel abgedeckt gehen lassen. Dann Rundwirken und nochmals 60 Minuten in der Backform mit einem Bäckerleinen/ Gärfolie abgedeckt gehen lassen. Oder über Nacht in den Kühlschrank und vor dem Backen 30 Minuten akklimatisieren .

Backzeit 60 Minuten

Temperatureinstellung Haushaltssofen: Ober-/Unterhitze 250°C aufheizen, nach 15 Minuten auf 200°C reduzieren

Temperatureinstellung Manz mit Vapor: Oberhitze 220 °C und Unterhitze 200°C aufheizen, nach Einschienen Oberhitze auf 250°C stellen und nach ca. 15 Minuten Ofen ausstellen

Temperatureinstellung Manz Konventionelle Regelung: Abschirmbleche entfernen Oberhitze und Unterhitze 250°C aufheizen, nach Einschienen nach ca. 15 Minuten Ofen ausstellen

Temperatureinstellung Häussler Elektrosteinbackofen: Oberhitze auf 280°C und Unterhitze 190°C aufheizen, nach dem die Temperatur erreicht ist Ofen ausstellen und 30 Minuten absteht lassen. Dann Brot einschienen.