



## Roggenbrot

★★★★★

*Brot*

**Vorbereitungszeit:** 4 Std., 30 Min. **Kochzeit:** 1 Std. **Gesamtzeit:** 5 Std., 30 Min.

**Schwierigkeitsgrad:** Leicht **Portionen:** 2 portion(en) **Quelle:** malteotten.de

### ZUTATEN

600 g Sauerteig, (Roggensauerteig)

450 g Mehl, (Roggenmehl Type 997)

150 g Wasser

18 g Salz

½ TL Kümmel, zerstoßener und / oder Koriander oder Brotgewürz (nach Belieben)

### NÄHRWERT

Calories: 1740 kcal

Serving Size: 1

Gärkörbchen legen und mit einem Tuch abgedeckt an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich das Volumen deutlich vergrößert hat (Dauer etwa zwischen 2 und 4 Stunden).

Den Backofen auf Ober-/Unterhitze auf größtmöglicher Stufe vorheizen. Bei Erreichen der Backtemperatur die Brote vorsichtig auf das mit Backpapier ausgelegte Backblech stürzen, mehrmals quer einschneiden und sofort auf der zweiten Schiene von unten in den Ofen geben. Dabei mit einer Blumenspritze mehrmals Wasser in den Ofen und auf die Brote sprühen ("schwaden") und den Herd sofort schließen. Nach 10 - 15 Minuten die Hitze auf etwa 200° herunterschalten. Nach weiteren 15 Minuten die Hitze auf 180° reduzieren.

Gesamtbackzeit bei einer Anfangstemperatur von 250°: bei 2 Broten zu je 500 g etwa 45 - 50 Minuten, bei 1 Brot zu 1 kg etwa 60 - 70 Minuten. Das Brot ist gar, wenn es beim daraufklopfen auf den Boden hohl klingt. Auf einem Rost abkühlen lassen und frühestens nach 12 Stunden anschneiden. Am besten schmeckt es allerdings erst nach 24 Stunden.

Bei Verwendung von Backformen ist das Wirken des Brotes nicht zwingend notwendig. Auch können die Brote dann bereits zum Gehen in die Backform gegeben werden.

### Hinweis zum Sauerteig:

Am besten funktioniert es mit echtem, "lebendem" Sauerteig (kein Beutelsauerteig aus dem Supermarkt!). Sauerteig kann man ganz einfach aus Wasser und Mehl und mit ein wenig Zeit selbst herstellen; Anleitungen hierzu gibt es ebenfalls in meinem Rezeptbereich!

### ZUBEREITUNG

Die Zutaten ergeben 2 Brote zu je 500 g bzw. 1 1-kg-Brot.

Die Zutaten in der Küchenmaschine zu einem geschmeidigen Teig verkneten, dabei - falls gewünscht - auch die im Mörser zerstoßenen Gewürze hinzufügen. Dann den Teig in der Schüssel 20 - 30 min. ruhen lassen. Anschließend nochmals kurz durchkneten.

Ein Plastikbrett leicht mit Roggenmehl bemehlen, den Teig darauf geben und ebenfalls leicht bemehlen. Mit bemehlten Händen vorsichtig zu 1 bzw. 2 Broten wirken (Wirkanleitungen gibt's im Forum "Brot & Brötchen").

Die Teiglinge in das oder die mit Stärke bemehlte

Gärkörbchen legen und mit einem Tuch abgedeckt an einem warmen Ort gehen lassen, bis sich das Volumen deutlich vergrößert hat (Dauer etwa zwischen 2 und 4 Stunden).