



# rustikales Auffrischbrot

## Zutaten:

- |  |   |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Brühstück</b></li><li>• 40 g Altbrotbrösel geröstet</li><li>• 120 g heißer Kaffee</li><li>• <b>Fermentolyse</b></li><li>• 220 g kaltes Wasser</li><li>• 150 g Roggen-Anstellgut</li><li>• 225 g Weizenmehl 550</li><li>• 100 g Roggenvollkornmehl</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Hauptteig</b></li><li>• Brühstück</li><li>• Fermentolyseteig</li><li>• 2-3 g frische Hefe</li><li>• 10 g Zuckerrübensirup/Honig/Agavendicksaft</li><li>• 100 g Roggenmehl 1150</li><li>• 10-12 g Salz</li><li>• 30 g Wasser bei Bedarf</li></ul> |
|--|---|



## Zubereitung:

- **Brühstück**
  - Das Altbrot mit heißem Kaffee übergießen und gut vermischen
  - Ohne Deckel für mind. 30 Minuten abkühlen lassen, dabei immer wieder umrühren
  - Das Brühstück ist einsatzbereit wenn es Raumtemperatur hat und der Kaffee komplett aufgesaugt wurde (ca. 30 Minuten)
  - **Fermentolyseteig**
  - Das Anstellgut mit dem Wasser gut aufschlännen
  - Weizen- und Roggenmehl zugeben und gut verrühren
  - für 30 – 40 Minuten abgedeckt (wichtig sonst entsteht eine Haut!) ruhen lassen
- 
- **Hauptteig**
  - Für den Hauptteig das Brühstück, den Fermentolyseteig, die frische Hefe, Zuckerrübensirup/Honig/Agavendicksaft und das Roggenmehl in einer Küchenmaschine bei niedriger Geschwindigkeit für ca. 10 Minuten kneten lassen
  - Jetzt erst das Salz zugeben und für ca. 5 Minuten bei etwas höherer Geschwindigkeit auskneten.
  - Bei Bedarf schluckweise Wasser zugeben und einkneten lassen

## Kontakt Daten:

Beate Sing  
☎ 0151/11 22 71 21  
✉ beate@saugquad-und-lecker.de

🌐 [www.saugquad-und-lecker.de](http://www.saugquad-und-lecker.de)

<https://www.pamperedchef.eu/sing>

---

- **Gehen lassen und Formen**

---

- Den Teig in eine Schüssel mit Deckel umfüllen und für etwa 3-4 Stunden bei Zimmertemperatur (20 – 22°C) gehen lassen (Stockgare).
  - Je nach Zimmertemperatur kann es etwas länger oder kürzer dauern. Beobachtet euren Teig
  - Während der Stockgare jede Stunde dehnen und falten bis sich der Teig knapp verdoppelt hat
  - Den Brotteig auf die leicht bemehlte Teigunterlage geben und schonend rund oder lang wirken.
  - Mit dem Schluss nach unten in ein Gärkörbchen (alternativ ein mit einem Geschirrtuch ausgelegten Sieb) geben und mit einem Tuch abdecken.
  - Zur Stückgare für etwa 60-80 Minuten bei Raumtemperatur (20° – 22°) gehen lassen. Bitte achtet auf den Fortschritt der Gare. Ist es bei euch sehr viel wärmer kann der Teig schon viel früher backfertig sein!!
- 

- **Backen**

---

- Den Backofen auf 250 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Dabei den Pizzazauberer PLUS (!! ) mit aufheizen
  - Den Teigling auf den heißen Pizzazauberer stürzen.
  - Gut schwaden bzw. bedampfen (Wasser in den Backofen bringen)
  - Nach ca. 10 Minuten Temperatur auf 210 °C reduzieren, die Ofentür weit aufmachen und den Dampf entweichen lassen.
  - noch ca. 40 Minuten bis zur gewünschten Bräune backen lassen (insg. etwa 50 Minuten Backzeit)
- 

- **TIPPS**

- Ihr könnt das Brot auch im Ofenmeister backen. Dazu den geformten Laib zur Stückgare in den Ofenmeister legen und nach 60 Minuten backen. Den Deckel vorher nicht mehr abnehmen!!
  - Alternativ könnt ihr das Brot auch im gusseisernen Topf backen. Dazu statt den Pizzazauberer den gusseisernen Topf mit aufheizen und den Teigling direkt vom Gärkörbchen in den kurz vorher bemehlten Gusstopf fallen lassen! Passt auf eure Finger auf!!
- 

## Kontakt Daten:

Beate Sing

☎0151/11 22 71 21

✉beate@saugquad-und-lecker.de

 [www.saugquad-und-lecker.de](http://www.saugquad-und-lecker.de)

<https://www.pamperedchef.eu/sing>