Rezept

Grundrezept Backferment-Mischbrot

Ein Rezept von Grundrezept Backferment-Mischbrot, am 27.04.2024

Zutaten

1 leicht gehäufter TL	Backferment (Reformhaus oder Bioladen)
300 ml	warmes Wasser
500 g	Weizenmehl Type 550
1 Pck.	Trockenhefe
3 EL	Rübensirup oder Gerstenmalz-Extrakt (Reformhaus oder Bioladen)
2 EL	heller Essig
	Mehl zum Bearbeiten
	Buter für die Form
2 EL	Grundansatz Backferment (selbst angesetzt oder gekauft)
200 g	Roggenvollkornmehl
250 g	Roggenmehl Type 997
ca. 450 ml	warmes Wasser
2 TL	Salz
2 EL	Öl
	Plastiktüte oder Bratschlauch
1	Brotbackform oder 2 Kastenformen (je 30 cm Länge)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Brot von 1,6 kg | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 270 kcal

Zubereitung

1. Am Vortag für den Vorteig das Backferment mit dem Grundansatz und dem warmem Wasser in einer Schüssel glatt rühren. Das Vollkornmehl dazugeben und gut verrühren. Die Schüssel in eine Plastiktüte oder einen Bratschlauch stecken, mit einem Tuch zudecken und an einem warmen Ort 15-20 Std. ruhen lassen.

2. Am Backtag für den Hauptteig Weizen- und Roggenmehl mit der Trockenhefe zum Vorteig geben. Das Wasser mit Gerstenmalz oder Rübensirup, Salz, Öl und Essig mischen, darübergießen und mit dem Knethaken oder einem Kochlöffel ca. 5 Min. kräftig rühren. Die Schüssel wieder in die Tüte geben, mit einem Tuch zudecken und den Teig ca. 2 Std. ruhen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

3. Die Arbeitsfläche mit Mehl bestreuen, den weichen Teig daraufgeben und mit dem Teigschaber oder Pfannenwender mehrmals zusammenfalten, dann zu einer Kugel formen und in die mit Mehl ausgestreute Schüssel legen. Wieder in der zugedeckten Tüte ca. 2 Std. ruhen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

4. Die Backform fetten, den Teig hineingeben und erneut in der Tüte ca. 2 Std. ruhen lassen.

5. Den Backofen auf 240° vorheizen (Umluft nicht geeignet). Die Teigoberfläche mit einem scharfen Messer einmal längs einschneiden und mit einem Teesieb mit etwas Mehl bestreuen. Die Backofenwände mit Wasser besprühen oder eine Schale mit Wasser auf den Ofenboden stellen. Das Brot auf der zweiten Schiene von unten zuerst 15 Min. backen. Danach die Hitze auf 210° reduzieren und das Brot in ca. 45 Min. fertig backen. Auf ein Kuchengitter stürzen, wenden und sofort mit kaltem Wasser bestreichen.