Rezept

Roggen-Krustenbrot mit Honig

Ein Rezept von Roggen-Krustenbrot mit Honig, am 29.04.2024

Zutaten

300 g	Roggenmehl (Type 1150)
60 g	flüssiger Sauerteig (selbst angesetzt oder im Beutel)
10 g	Salz
	Mehl zum Arbeiten
1 Handvoll	Eiswürfel
200 g	Weizenmehl (Type 550)
40 g	flüssiger Honig
½ Würfel	frische Hefe (20 g)
	neutrales Öl zum Arbeiten
1	Gärkörbchen (25 cm Ø)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Brot (ca. 20 Scheiben) | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 95 kcal

Zubereitung

1. Beide Mehlsorten, Sauerteig, Honig und Hefe von Hand oder in der Küchenmaschine mit Knethaken auf kleinster Stufe verrühren. Dabei langsam 280 - 310 ml lauwarmes Wasser dazugießen. Den Teig dann 5 Min. auf mittlerer Stufe weiterkneten. Das Salz zugeben und alles in 2 Min. zu einem trockenen Teig verkneten. Den Teig in eine geölte Schüssel geben, mit Frischhaltefolie abdecken und an einem warmen Ort ca. 1 Std. ruhen lassen.

2. Die Teigränder mit einer Teigkarte mehrmals nach innen falten und den Teig wieder 1 Std. gehen lassen.

3. Danach den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche rund wirken. Den Laib mit der Naht nach unten in das bemehlte Gärkörbchen legen. Mit einem feuchten Küchentuch abdecken und 45 - 60 Min. gehen lassen. Währenddessen den Backofen mit Pizzastein (2. Schiene von unten) und Backblech (unten) auf 250° vorheizen. Die Druckprobe machen und bei Bedarf noch etwas länger gehen lassen.

4. Den Laib auf ein bemehltes Brett stürzen, mit Wasser besprühen und mit Mehl bestäuben. Den Laib vom Brett auf den Pizzastein schieben, die Eiswürfel auf das Backblech geben und das Brot ca. 40 Min. backen. Nach 15 Min. den Backofen auf 220° schalten. Zuletzt die Klopfprobe machen und das Brot auf einem Rost abkühlen lassen.