Rezept

Hundertprozenter (Reines Roggenbrot)

Ein Rezept von Hundertprozenter (Reines Roggenbrot), am 14.11.2026

Zutaten

FÜR DEN VORTEIG:

- **100 g** Roggenmehl (Type 1150)
- **100 ml** Wasser
- **75 g** flüssiger Natursauerteig (selbst angesetzt oder im Beutel)

FÜR DEN BROTTEIG:

- **35 g** Hefe (gut 3/4 Würfel)
- **500 g** Roggenmehl (Type 1150)
- Mehl zum Arbeiten
- **350 ml** Wasser
- **20 g** Salz (ca. 4 TL)
- Backpapier für das Blech

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Brot (à 900 g) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min

Zubereitung

1. Am Vortag die Zutaten für den Vorteig gut verrühren und abgedeckt bei Zimmertemperatur 12-14 Std. (oder über Nacht) reifen lassen.

2. Für den Brotteig am nächsten Tag die Hefe in einer Schüssel in dem lauwarmen Wasser auflösen und mit dem vorbereiteten Sauerteig mischen. Das Mehl und zum Schluss das Salz hinzufügen und alles gut unterarbeiten. Den Teig ca. 8-10 Min. in der Küchenmaschine (4 Min. auf langsamer, 4 Min. auf schneller Stufe) oder von Hand durchkneten.

3. Den fertigen Teig auf die bemehlte Arbeitsfläche geben und abgedeckt 30 Min. bei Zimmertemperatur gehen lassen. Zwischendurch zwei- bis dreimal rund wirken, damit er eine wollige Struktur bekommt.

4. Den Teig zu einem ovalen Laib formen. Auf ein Blech mit Backpapier geben und noch einmal 40 Min. abgedeckt gehen lassen.

5. Inzwischen den Backofen auf 240° vorheizen (Umluft nicht empfehlenswert), dabei ein mit Wasser benetztes Blech mit erhitzen. Sobald die Temperatur erreicht ist, das Blech herausnehmen, das Brot in den heißen Ofen (Mitte) schieben und 10 Min. anbacken. Danach die Temperatur auf 220° herunterregeln und das Brot in ca. 35 Min. fertig backen.