Küchen Götter
GU Rezepte

Rezept

Rustikales Krustenbrot

Ein Rezept von Rustikales Krustenbrot, am 17.05.2025

Zutaten

60 g	Sauerteig (selbst angesetzt oder im Beutel)
10 g	frische Hefe (20 g bei Sauerteig aus dem Beutel)
1 1/2 EL	flüssiger Honig
2 TL	Salz
250 g	Weizenmehl (Type 550)
250 g	Roggenmehl (Type 1150)
2 TL	gemahlener Koriander

Ausserdem:

	Mehl und Öl zum Arbeiten
4	Eiswürfel
1	rundes Gärkörbchen (ca. 25 cm Ø)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Brot (ca. 20 Scheiben) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 110 kcal

Zubereitung

1. Bei Verwendung von eigenem Sauerteig diesen rechtzeitig aus dem Anstellgut herstellen. Inzwischen für den Vorteig 100 g Weizenmehl mit 100 ml Wasser und einem Drittel der benötigten Hefe verrühren. In einer Plastikbox verschließen, ca. 24 Std. in den Kühlschrank stellen und ca. 1 Std. vor der Weiterverarbeitung wieder herausnehmen. Dann mit allen übrigen Zutaten bis auf das Salz in eine Rührschüssel füllen. Nach und nach 200 ml lauwarmes Wasser zugießen und dabei mit einer Küchenmaschine oder einem Handrührgerät (Knethaken, kleinste Stufe) verkneten. Dann ca. 5 Min. auf mittlerer Stufe weiterkneten, Salz hinzufügen und weitere 2 Min. kneten. Der Teig bleibt klebrig und unelastisch.

2. Den Teig in einer großen, leicht geölten Plastikbox verschließen und an einem warmen Ort ca. 2 Std. gehen lassen, dabei nach ca. 1 Std. die Teigränder mit einer Teigkarte mehrmals nach innen falten, so dass etwas Spannung im Teig entsteht.

3. Den Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche rund formen, dazu die Teigränder zur Mitte schlagen, Teigstück umdrehen und rund wirken. Ein rundes Gärkörbchen mit Mehl bestäuben und den Laib mit der Naht nach unten hineinlegen. Mit einem feuchten Geschirrtuch abdecken und 45-60 Min. gehen lassen.

4. Inzwischen den Backofen auf 250° vorheizen, dabei ein Backblech und ein ofenfestes Schälchen auf dem Ofenboden mit vorheizen. Den Brotlaib auf einen bemehlten Bogen Backpapier stürzen. Mit Wasser dünn besprühen und mit Mehl bestäuben. Backpapier samt Brot auf das heiße Blech ziehen, Eiswürfel vorsichtig in das heiße Schälchen geben. Das Brot im heißen Ofen (2. Schiene von unten) ca. 45 Min. backen, dabei nach ca. 10 Min. die Temperatur auf 230° reduzieren und das Schälchen entfernen. Während der letzten 5 Min. einen Kochlöffelstiel zwischen die Ofentür klemmen, sodass sie einen Spalt geöffnet ist. Das Krustenbrot auf einem Rost auskühlen lassen.