

Zutaten für einen ca. 900 g schweren Brotlaib:

- 150 g Roggensauerteig
- 1 Pak. Germ/frisch
- 1 EL Honig
- 250 ml Wasser/lauwarm
- mit etwas glattem Mehl (W700) stauben

- 200 g Dinkelvollkornmehl (fein und frisch vermahlen)
- 200 g Weizenvollkornmehl (fein und frisch vermahlen)
- 100 g Roggenvollkornmehl (fein und frisch vermahlen)
- 2 TL Salz
- 1 EL Brotgewürz

Herstellung:

1. Sauerteig, Germ, Honig und lauwarmes Wasser verrühren und 10 Min. mit glattem Mehl stauben und an einen warmen Ort gehen lassen.
2. Dinkel-, Weizen-, Roggenmehl mit Salz und Brotgewürz in eine Kneteschüssel geben.
3. Das Sauerteiggermgemisch zum Mehl geben und 5 Minuten mit dem Küchengerät abarbeiten lassen.
4. In einen bemehlten Gärkorb 26 cm Ø geben und ca. 50 Minuten gehen lassen.
5. Backofen auf 200° C vorheizen – Wasserschälchen hineingeben.
6. Teig auf ein beöltes Backpapier geben und erneut 15 Minuten gehen lassen.
7. Brot in den Ofen schieben und nach 15 Minuten auf 150° C zurückschalten und 35 Minuten fertig backen.

Warum bei einem Sauerteigbrot einen Germ verwenden?

Um ein nicht zu säuerliches Brot zu bekommen oder um den Gärvorgang zu verkürzen, nimmt man Sauerteig und Germ. Das Aroma wird mild, voll, das Brot bekommt eine gleichmäßigere Bohrung und gart rascher.

