

## Basisrezept für Weizensauerteigbrot:

Für 2 kleine Brote à ca. 700g

Werkzeug: 2 kleine Gärkörbchen, Gusseiserner Bräter mit Deckel, Teigkarte, große Frischhaltebox

Vorteig

- 50g Mehl
- 50g Wasser
- 45g Sauerteig/Anstellgut (mind. 2x zuvor in Folge aufgefrischt)

Hauptteig

- 600g Weizenmehl T550/W700/T00 mit mind. 13% Protein
- 100g Weizenvollkornmehl (10%)
- 525g-560g Wasser (75%-80%)
- 140g Vorteig (20%)
- 18g Salz (3%)

### Anleitung:

~10.00 Uhr: Vorteig zusammenmischen und bei 25°C ca. 5h heranreifen lassen.

~12.00 Uhr: Weizenmehl und Vollkornmehl mit 525g Wasser (ca. 40 °C) in der Schüssel der Küchenmaschine grob vermischen und abgedeckt zur Autolyse stellen, bis der Vorteig reif ist.

~15.00 Uhr: Sobald der Vorteig reif ist (er sollte sich mindestens verdoppelt, fast verdreifacht haben, aber noch leicht nach oben gerundet und nicht wieder zusammengefallen sein), diesen zur Mehlwassermischung geben und für fünf bis sieben Minuten auf niedrigster Stufe in der Küchenmaschine verkneten lassen. Fortgeschrittene Sauerteigbäcker können nun die restlichen 5% des zurückbehaltenen Wassers mit dem Salz vermengen und zum Teig in die Schüssel geben. Anfängern rate ich das Brot mit 75% Hydratation zu backen und das Salz ohne zuzügliches Wasser zum Teig zu geben. Den Teig weitere zehn bis dreizehn Minuten auf zweitniedrigster Stufe auskneten, bis der Fensterscheibentest erfolgreich ist (der Teig sich so auseinanderziehen lässt, dass man fast hindurchschauen kann).

~15.30 Uhr: Den Teig in eine leicht geölte, durchsichtige und hohe Teigwanne geben und leicht dehnen und falten. Dann abgedeckt bei ca. 25°C-27°C heranreifen lassen. Dabei nach 30, 60 und 90 Minuten dehnen und falten. Nach 90 Minuten Teigreife schonend dehnen und falten (z.B. über Coil Folds). Dann weiter so lange heranreifen lassen, bis der Teig sich mindestens verdoppelt hat (ca. 3 ½). Je nach Umgebungstemperatur kann sich die Reifezeit hier unterscheiden. Achtet also am besten auf euren Teig und setzt euch gegebenenfalls außen am Teigcontainer (z.B. über einen Edding-Strich) eine Markierung.

~20.30 Uhr: Ist der Teig reif, gebe ihn auf eine dünn(!) bemehlte Arbeitsfläche und teile ihn mithilfe einer Teigkarte in zwei gleich große Hälften. Nun werden beide Teighälften schonend vorgeformt. Je nachdem, ob du ein rundes oder längliches Gärkörbchen verwendest, wirkst du den Rand entweder rund oder zu einem Bâtard. Die vorgeformten Teiglinge lässt du

dann mit einem feuchten Küchenhandtuch abgedeckt 20 Minuten auf der Arbeitsfläche rasten. Wenn die Teiglinge nach diesen 20 Minuten ihre Form recht gut gehalten haben, ist das schon mal ein sehr gutes Zeichen. Wenn sie es nicht getan haben, empfehle ich den Vorformungsvorgang inklusive anschließende Ruhezeit noch einmal zu wiederholen. Daraufhin folgt die endgültige Formung der Brote. Hier ist es zum einen wichtig erneut etwas Spannung aufzubauen, zum anderen den Teig vorsichtig zu behandeln, damit die ganze Luft, die während der Fermentierung entstanden ist, weiterhin im Teig bleibt. Das Gefühl für die richtige Teighandhabung entsteht nur durch Übung!

~21.00 Uhr: Die geformten Teiglinge setzt ihr nun mit Schluss nach oben in gut (!) bemehlte Gärkörbchen (Tipp: hier eignet sich insbesondere Reismehl) und stellt die Gärkörbchen dann luftdicht abgedeckt über Nacht (für etwa 12h) in den 5°C kalten Kühlschrank.

~8.00 Uhr: Ofen mitsamt Bräter auf 260°C Ober-/Unterhitze mind. 45-60 Minuten vorheizen.

~8.45 Uhr: Den ersten Teigling auf ein halbes Stück Backpapier stürzen und mit einer scharfen (!) Rasierklinge längs und leicht schräg einschneiden. Entscheidend ist hier ein sehr scharfes Schneidewerkzeug, mit welchem ihr einen schnellen und tiefen Schnitt machen könnt. Den Bräter aus dem Ofen nehmen und den Deckel abnehmen, den eingeschnittenen Teigling in den Bräter setzen und sofort den Deckel wieder aufsetzen und in den Ofen schieben. Für 20 Minuten backen, dann den Deckel des Bräters abnehmen (der aufregendste und schönste oder auch schlimmste Moment, wenn das Brot nicht wie gewünscht aufgegangen ist), den Ofen auf 230°C herunterregeln und das Brot weitere 25 Minuten backen. Mit dem zweiten Teigling genauso verfahren. Die Brote vor dem Anschneiden gut auskühlen lassen.