



Mildes helles Weizensauerteigbrot

Zutaten für ein Brot (80% Hydratation):

- 370g Weizenmehl T550 mit mind. 12% Proteingehalt, alternativ Manitoba Mehl T00 (100%)
- 277,5g Wasser (75%) + 18,5g Wasser (5%)
- 74g Sauerteigansatz (20%), mind. 2x in Folge zuvor aufgefrischt
- 7,4g Salz (2%)

Anleitung:

1. Setze einen Sauerteig im Verhältnis 1 (Starter):2 (Mehl):2 (Wasser) an (in diesem Fall 30g Mehl, 30g Wasser und 15g Sauerteig) und lasse ihn reifen, bis er sich mehr als verdoppelt, am besten verdreifacht hat. Das kann je nach Umgebungstemperatur und Aktivität deines Sauerteigs vier bis zehn Stunden dauern. Achte hier auf deinen Sauerteig, nicht auf Zeitangaben! Wenn du wissen möchtest, wie du erkennst, dass dein Sauerteig den perfekten Reifepunkt zur Verwendung hat, lies bitte in meinem Sauerteig Guide auf meiner Webseite nach.
2. Mische das Mehl und 277,5g Wasser für die Autolyse.
3. Wenn der Sauerteig auf dem Höhepunkt seines Reiferades ist, füge ihn hinzu und arbeite ihn in den Teig ein. Lass den Teig anschließend 20 Minuten ruhen.
4. Füge dann das Salz und die restlichen 18,5g Wasser hinzu und knete beides in den Teig. Gib dem Teig einige Klatsch- und Faltbewegungen, um Spannung aufzubauen. Lass ihn anschließend 30 Minuten ruhen.
5. Nach dieser Ruhezeit wird der Teig sanft laminiert und erneut für 45 Minuten ruhen gelassen.
6. Führe die erste Faltung durch. Lass den Teig daraufhin weitere 45 Minuten ruhen.
7. Führe die zweite Faltung durch und lass den Teig weitere 60 Minuten ruhen.
8. Führe die dritte Faltung durch und lass den Teig aufgehen, bis er sich verdoppelt hat und luftig ist (die Dauer hängt von der Raumtemperatur ab). Ich hatte insgesamt eine Garzeit von 5 Stunden bei ca. 25°C.
9. Bestäube die Oberfläche des Teigs leicht mit Mehl (am besten Reismehl) und stürze ihn auf die Arbeitsfläche. Falte zuerst die rechte äußere Seite nach innen und dann die linke Seite darüber. Rolle den Teig sanft, aber mit etwas Spannung, von unten auf.

Drücke die Enden des Teigs etwas zusammen und lege ihn in den Gärkorb. Wenn du zusätzliche Spannung erzeugen möchtest, kannst du den Teig an mehreren Stellen von außen nach innen überkreuz nähen. Bedecke den Gärkorb und lass ihn bei Raumtemperatur weitere 15-20 Minuten stehen. Stelle ihn dann für 12-18 Stunden bei 4-5 Grad C in den Kühlschrank für eine kalte, langsame Fermentation.

10. Am Backtag stürzt du den Laib auf eine Backmatte oder ein Stück Backpapier und backst ihn in der gusseisernen Pfanne zunächst für 20 Minuten bei 260°C mit geschlossenem Deckel. Entferne dann den Deckel und reduziere die Temperatur auf 235°C und backe das Brot für weitere 15 Minuten goldbraun.