



Roggen-Laib

1 grosses Brot à ca. 1.7 kg (Gärkorb 25.5 cm) oder
2 Brote "Standard" à ca. 0.8 kg (2 Standard Gärkörbe)

Ein Rezept von *BesondersGut*
www.besondersgut.ch

ZUTATEN

Für den Roggensauerteig

340g Wasser
20g* Roggensauerteig, hochaktiv
340g Roggen-Vollkornmehl, fein

*die Impfrate kann je nach geplanter Reifedauer respektive gewünschtem Säuregrad individuell angepasst werden (Mehl-/Wassermenge entsprechend anpassen).

Für das Quellstück

200g Dinkelschrot, mittelfein
250g Wasser, kochend

Für den Teig

250g Wasser, 32–35 °C
Quellstück, zimmerwarm
700g Roggensauerteig
250g Roggen-Vollkornmehl, fein
200g Dinkel-Weissmehl
30g Zuckerrohrmelasse oder
flüssiger Honig
20g Salz

Quellstück

Am Vorabend oder ca. 2 Stunden vor der Teigzubereitung: Dinkelschrot mit kochendem Wasser übergießen, gut vermischen und bedecken.

Ebenfalls am Vorabend: die Sauerteigkultur auf 700g Roggensauerteig hochfüttern.

Teigzubereitung/erste Teigruhe

250g lauwarmes Wasser, den Roggensauerteig und das zimmerwarme Quellstück in eine Schüssel geben und alles von Hand gut vermengen. Jetzt die Mehle, die Melasse oder den Honig und das Salz zugeben und mit einer Hand während 5–8 Minuten sehr gut durchkneten. Der Teig ist strukturlos und klebrig. Alles gut! Mit der Teigkarte Hand und Schüssel säubern.

Ideale Teigtemperatur: 26–28 °C.

Luftdicht bedeckt bei 26–28 °C 1 Stunde reifen lassen.

Formen/zweite Teigruhe

Den Teig mithilfe der Teigkarte auf die gut bemehlte Arbeitsfläche geben und mit bemehlten Händen zu einer Kugel formen. Alternativ zwei Kugeln oder wie gewünscht formen. Zügig arbeiten, damit die Luft im Teig bleibt! Mit der glatten Seite nach unten in den Gärkorb/die Gärkörbe legen.

Unbedeckt 1 Stunde bei 26–28 °C reifen lassen.

Backen

Die Teigkugel vorsichtig vom Gärkorb auf ein Backpapier stürzen und wie gewünscht einschneiden.

Für 1 grosses Brot: im sehr gut vorgeheizten Ofen zuerst 10 Minuten bei 250 °C mit Dampf backen. Nach 10 Minuten die Ofentüre öffnen, um den Dampf abzulassen. Dann weitere 45–50 Minuten bei maximal 210 °C fertig backen.

Für 2 Standard-Brote (rund oder dreieckig): 10 Minuten bei 250 °C mit Dampf/30–35 Minuten bei 210 °C ohne Dampf fertig backen.