

17. Januar 2011

Pöts Schrotbrot

Nachdem ich mir zu Weihnachten Martin Pöt Stoldts Sauerteigbuch habe schenken lassen, musste ich auch gleich sein im Sauerteigforum so heiß diskutiertes und immer wieder als Argument für großporige Roggenbrote herangezogenes Schrotbrot ausprobieren.

Für den ersten Versuch sieht es gar nicht schlecht aus. Leider ist es nicht in voller Gänze aus der Form gerutscht. Ein Teil blieb hängen. Auch haben nachfolgende Brote gedrängt, sodass der Teig noch nicht die gewünschte Gare hatte, sonst wäre er sicher deutlich lockerer geworden.

Den Sauerteig habe ich traditionell dreistufig geführt und mit Roggenvollkornmehl angesetzt. Sechskornschrot hatte ich nicht im Haus und habe stattdessen je ein Drittel Weizen-, Dinkel- und Roggenschrot verwendet. Auf Kümmel, Koriander und andere Gewürze habe ich bewusst verzichtet, um zunächst den reinen Roggenbrotgeschmack genießen zu können.

Das Brot hätte außerdem noch mehr Wasser vertragen. Im Rezept unten habe ich die Menge schon erhöht. Die Konsistenz sollte wie Grießbrei sein, also schon fast dickflüssig.

Roggensauerteig

- 250 g Roggenvollkornmehl (42 g + 83 g + 125 g)
- 250 g Wasser (60 g + 65 g + 125 g)
- 30 g Anstellgut

Brühstück

- 55 g Weizenschrot
- 55 g Dinkelschrot
- 55 g Roggenschrot
- 165 g Wasser

Hauptteig

- Sauerteig
- Brühstück
- 165 g Roggenvollkornmehl
- 335 g Roggenvollkornschrot
- 150 g Sonnenblumenkerne
- 70 g Haferflocken (kernig)
- 10 g Salz
- 350-400 g Wasser

Die Sauerteigzutaten vollständig mischen und 16-20 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

Alternativ das Anstellgut mit der oben angegebenen ersten Teilmenge mischen und für 4 Stunden bei 26°C, dann vermischt mit Teilmenge 2 für 8 Stunden bei 22°C und schließlich mit Teilmenge 3 für 3 Stunden bei 30°C lagern.

Für das Brühstück Wasser aufkochen und über das Schrot geben. Mindestens 3 Stunden quellen lassen.

Alle Zutaten mit der Hand zu einer homogenen Masse vermischen und in eine gefettete (sauerteigbeständige) Kastenform geben. Sie sollte maximal zur Hälfte gefüllt sein.

2 Stunden zur Gare bei ca. 30°C stellen, bis sich das Teigvolumen verdoppelt hat.

Bei 250°C 15 Minuten backen. Anschließend die Temperatur auf 200°C senken und 45 Minuten fertig backen.

Zubereitungszeit am Backtag: ca. 4 Stunden

