

26. Juni 2011

## Auf der Walz – Tag 13: Miche (TA 183)

Als ich bei Gerd zum Backtag angerückt war, haben wir unter anderem die Miche gebacken. Der durch den sehr hohen Wasseranteil relativ weiche Teig ist nur für etwas erfahrenere Brotbäcker zu empfehlen. Wer sich daran wagt und das Brot (wie es sich gehört) freigeschoben bäckt, hat am Ende ein durch den hohen Vollkornanteil sehr kräftig-kerniges Brot mit einer elastischen, mittelporigen Krume und einer rustikal-knusprigen Kruste.

Ich wollte das Brot nun auch nochmal selbst backen. Deshalb und als kleiner Dank für den schönen Backtag mit Gerd habe ich mich für Tag 13 für Gerds Miche-Rezept entschieden.

### Roggensauerteig

- 100 g Roggenvollkornmehl
- 70 g Wasser
- 20 g Anstellgut

### Hauptteig

- Sauerteig
- 300 g Weizenvollkornmehl
- 100 g Weizenmehl 550
- 345 g Wasser
- 9 g Salz

Die Sauerteigzutaten mischen und 12-14 Stunden bei Zimmertemperatur reifen lassen.

Alles außer Salz und Sauerteig mischen und 1 Stunde abgedeckt ruhen lassen (Autolyse).

Die übrigen Zutaten 5 Minuten auf niedrigster Stufe einkneten, dann weitere 10 Minuten auf zweiter Stufe kneten, bis sich der Teig vom Boden löst.

2,5 Stunden Gare bei 23-24°C. Nach 50 und 100 Minuten je einmal falten.

Einen runden Laib formen und mit Schluss nach oben in einem sehr gut bemehlten Gärkorb 2 Stunden bei 23-24°C reifen lassen.

Bei 250°C fallend auf 210°C 45-55 Minuten mit Dampf kräftig braun backen.

*Zubereitungszeit am Backtag: ca. 7 Stunden*



www.brotbacken.de