

26. Mai 2018

# Vollkornschüttelbrot

Ein Klassiker der Dauerbackwaren. Das südtiroler Knäckebrot, ewig haltbar und immer gut. In dieser Variante nur mit Roggenvollkornmehl gebacken und nur mit Sauerteig gelockert.

## Sauerteig

- 90 g Roggenvollkornmehl
- 90 g Wasser (50°C)
- 18 g Anstellgut
- 2 g Salz

## Hauptteig

- Sauerteig
- 200 g Roggenvollkornmehl
- 175 g Wasser (60°C)
- 3,5 g Salz
- 0,3 g Brotgewürz (Kümmel, Fenchel, Anis, Koriander)
- 0,15 g Schabzigerklee

Die Sauerteigzutaten mischen und 12-16 Stunden bei Raumtemperatur (ca. 20°C) reifen lassen.

Sämtliche Zutaten zu einem weichen Teig mischen (Teigtemperatur ca. 30°C) und daraus 180 g-Stücke abstechen.

Die Teiglinge in viel Mehl rund schieben und auf einem großzügig mit Kleie oder Schrot bestreuten Bäckerleinen unbedeckt 2 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen.

Je einen Teigling auf ein ebenso mit Kleie oder Schrot bestreutes Brett setzen und durch kreisende und hebende Schüttelbewegungen den Teigling zu einem Fladen von ca. 20-25 cm Durchmesser bringen.

Die Schüttelbrote nacheinander bei 280°C 8-10 Minuten braun backen und anschließend über mehrere Tage an der Luft trocknen lassen. Alternativ die Schüttelbrote bei 180°C über 40-45 Minuten backen und zugleich durchtrocknen.

*Zubereitungszeit am Backtag: ca. 2,5 Stunden*

*Zubereitungszeit gesamt: 15-19 Stunden*



www.brotbacken.de