

26. Juni 2010

Mischbrot mit Sauerteig und Poolish

Eigentlich war für diese Eigenkreation ein fester Vorteig gedacht. Nachdem ich aber im Eifer des Gefechts den Poolish der Baguettes schon fast mit den Brotzutaten verknetet hatte, war alles zu spät. Die Baguettes mussten dann mit dem festen Vorteig auskommen. Dazu eventuell in 1-2 Tagen mehr... Das Brot ist trotzdem gut gelungen, hat ein kräftiges Aroma und eine lockere Krume.

Roggensauerteig

- 100 g Roggenmehl 1370
- 100 g Wasser
- 15 g Anstellgut

Poolish

- 174 g Weizenmehl 550
- 174 g Wasser
- 0,5 g Frischhefe

Kochstück

- 100 g Weizenkörner ganz
- 150 g Wasser

Hauptteig

- Sauerteig
- Poolish
- Kochstück
- 100 g Dinkelmehl 1050
- 50 g Weizenvollkornmehl
- 50 g Roggenmehl 1050
- 60 g Wasser
- 5 g Frischhefe
- 8 g Salz

Die Sauerteigzutaten vermengen und 12-15 Stunden bei Zimmertemperatur stehen lassen.

Gleiches gilt für die Poolish Zutaten.

Die Weizenkörner im Wasser 10 Minuten mit geschlossenem Topfdeckel kochen, dann den Deckel abnehmen und so lange weiter kochen lassen, bis das Wasser verdampft ist.

Auskühlen lassen.

Nun alle Zutaten 5 Minuten auf niedrigster Stufe vermischen und weitere 5 Minuten kneten.

1 Stunde ruhen lassen.

Dann eine Kugel formen und diese erneut 20-30 Minuten abgedeckt zur Ruhe stellen.

Einen Laib formen, in ein Gärkorbchen geben und 1 Stunde bei Zimmertemperatur gehen lassen.

Im vorgeheizten Backofen bei 250°C 10 Minuten mit Dampf und bei 220°C weitere 30 Minuten fertig backen.

Auskühlen lassen.

Zubereitungszeit am Backtag: ca. 4 Stunden

