

# Roggenbrot Rezept



## Mein Zeitplan

### Vortag

20:00 Uhr Sauerteig angesetzt

### Backtag

10 bis 10:20 Uhr Teig geknetet

11:00 Uhr Teig gewirkt

14:00 Uhr Teig auf Schieber lupfen

3min warten

14:03 bis 14:53 Uhr gebacken

## Zutaten

- 25g Anstellgut vom Sauerteig
- 300g Roggenvollkorn
- 200g Roggen 997
- 450g Wasser

- 4g Brotgewürz (Anis, Kümmel, Fenchel, Koriander)
- 13g Salz

## **Zubereitung**

### **Vortag**

#### **Sauerteig (bei mir: 20 Uhr)**

25g Anstellgut vom Sauerteig aus dem Kühlschrank ([Was ist Anstellgut?](#))

250g Roggenvollkorn

250g Wasser

*Anstellgut in einem hohen Gefäß (z.B. Einmachglas) im Wasser auflösen, Mehl einrühren und abgedeckt im Raum reifen lassen.*

*Zieltemperatur für den Sauerteig: 28 Grad (die Schüttwassertemperatur ist abhängig von den Temperaturen deiner Zutaten: [kannst du hier berechnen](#)).*

### **Backtag**

#### **Hauptteig (bei mir: 10 Uhr)**

50g Roggenvollkornmehl

200g Roggenmehl Typ 997

140g Wasser

Fertiger Sauerteig

4g Brotgewürz (Anis, Kümmel, Fenchel, Koriander)

13g Salz

40g Bassinage / Reservewasser

*(Zieltemperatur des Teigs ist: 28 bis 30 Grad (die Schüttwassertemperatur ist wieder abhängig von den Temperaturen deiner Zutaten: [kannst du hier berechnen](#)))*

- Alle Zutaten in einer Rührschüssel gut verrühren, bis ein klebriger Teig entstanden ist
- Wenn Teig deutlich zu fest, dann noch Reservewasser in kleinen Zugaben einrühren, bis ein leicht zementartiger Teig entstanden ist
- Teig hatte bei mir eine Temperatur von 28° (Roggenteig sollte nicht kühler angesetzt werden (damit der Teig nicht zu lange reift und nicht zu sauer wird), er kann sogar noch auf 30 bis 32° etwas wärmer angesetzt werden)
- 30 bis 45 Minuten Teig in der Schüssel abgedeckt reifen lassen
- Teig mit viel Mehl grob rundwirken, indem du die Seiten leicht und vorsichtig nach innen faltest und dann in ein reiflich eingemehltes Gärkörbchen legen mit dem Schluss nach unten
- 3 Stunden bei Raumtemperatur Teig abgedeckt reifen lassen

- Wenn die Teigoberfläche deutlich marmoriert ist, ist er reif; etwa 45 Minuten (also ca. nach 2 1/4 Stunden Reifezeit des Teigs im Gärkörbchen) vorher den Ofen auf 250° mit einem Schwadegefäß hochheizen
- Teig auf einen Schieber aus dem Gärkörbchen lupfen, damit die marmorierte Seite oben liegt (siehe Video hier: <https://youtu.be/ynypjv5igi0> )
- Teig noch 3 Minuten liegen lassen, damit sich die Risse noch etwas weiten können
- Teig mit dem Schieber in den Ofen einschießen
- 1 Minute backen auf 250°
- 3 Minuten Schwaden und danach kurz den Dampf ablassen
- Nach weiteren 6 Minuten Ofen auf 210° herunterschalten
- 40 Minuten weiterbacken
- Brot aus dem Ofen nehmen und auf einem Rost abkühlen lassen
- Fertig!

