

## Arbeitsanweisungs-Vorschlag

# Sauerteig-Misch-Brot backen

## Küche

Dokument:  
**ST-Brot\_Backen\_V1.odt**

Datum:  
**27/03/15**

Rev.:  
**1**

Status:  
**Final**

## Inhaltsverzeichnis

<b>1 Zutaten</b> .....	<b>2</b>
<b>2 Vorteig</b> .....	<b>2</b>
2.1 Der Vorgehkasten.....	2
<b>3 Brot backen</b> .....	<b>3</b>
3.1 Gewürze.....	3
<b>4 Kneten des Teiges</b> .....	<b>3</b>
<b>5 Backen</b> .....	<b>4</b>

## 1 Zutaten

- 1150ml warmes Wasser (300+850 ml)
- 1,1 kg Roggenmehl (300+800g),
- 1,1 kg Weizenmehl
- circa 48 g – 60g Salz
- zwei EL Zucker
- 1 Würfel Hefe
- Gewürze wie Brotklee, Kümmel, Koriander etc.

3 Kastenformen 30 cm

## 2 Vorteig

### Vorhanden:

Eingefrorener Sauerteigansatz.

Sauerteigansatz mit 300 ml warmen Wasser, einem Esslöffel braunen Zucker, der vorher in dem Wasser aufgelöst wurde (feine Verteilung!) und 300 g fein geriebenem Roggenmehl in die Schüssel der Küchenmaschine gegeben. Alles wird zusammen in den Vorgeh-Kasten bei 30°C gesteckt (der korrekt angeschlossen sein sollte). Dieses lässt man einige Stunden (~4) stehen und muss es einmal durcherühren, nachdem der eingefrorene Teigansatz aufgetaut ist, damit alles schön durchgemischt ist. Das fängt dann irgendwann an, zu blubbern.

*Auf jeden Fall* nimmt man wieder den Sauerteigansatz ab, und gibt diesen wieder zurück in den Gefrierschrank. Das ist für's nächste Mal. Der Ansatz darf kein Salz enthalten.

### 2.1 Der Vorgehkasten

Der Vorgehkasten ist aus Hartschaum zusammengeklebt und sieht folgendermaßen aus:



<b>HRO</b> knowledge	Arbeitsanweisungs-Vorschlag <b>Sauerteig-Misch-Brot backen</b> Küche	ST-Brot_Backen_V1.odt Rev. 1 27.03.2010
-------------------------	--	---

(Off-Topic: Vor dem Kleben anschleifen; sonst klebt es nicht). Unter der geriffelten Aluplatte klebt eine Rückspiegelheizung 12 Volt ca. 18W (real ca. 25 W). Hinten ist die Elektronik („Frostwächter“) und oben links im Eck der Temperatursensor angebracht. Eingestellt ist dieser auf 30°C.

### 3 Brot backen

Das Getreide wird doppelt gemahlen- das wird feiner. Wenn man es gemahlen kauft ist es einfacher.

Als nächstes misst man 1,1 kg Roggenmehl ab, gibt es in die in die Mühle und mahlt dies auf Stufe 4 einmal durch und lässt dies in die Plastikschiessel gehen. Dieses grob geschrotete Getreide gibt man wieder in Mühle, stellt auf feinste Stufe, stellt aber zunächst die Plastikdose unter, in dem das Mehl für den Ansatz für das nächste Brotbacken darinnen ist, lässt hier etwa mal hier etwa 300 g hinein. Dann zieht man die Dose weg und mahlt den 800g-Rest wieder in die weiße Plastikschiessel der Küchenmaschine.

Dann schüttet man 1,1 kg Weizenmehl in die Küchenmaschine und mahlt dies auf Stufe 4 durch. Dann stellt man auf feinste Stufe und mahlt in die weiße Kunststoff-Schiessel.

Nebenbei rührt man 850 ml **warmes** Wasser, die 48-60 g Salz, noch einen Esslöffel Zucker und etwas frischer Hefe zusammen. Hier hinein kommen alle gewünschten Gewürze. Diese können so schon weich werden. Dies kann dann stehen, während der Vorteig geht.

#### 3.1 Gewürze

Drei Esslöffel Brotklee, drei EL Kümmel und ein EL Koriander. Alles wird vorher mit Wasser vermischt, dass es besser seine Aromastoffe abgibt.

### 4 Kneten des Teiges

Das Kneten des Teiges ist nicht trivial. Er klebt arg.

Zu den 300 g Mehl mit 300 ml warmen Wasser gemischt gibt man die 800g Roggenmehl und die 850 ml Wasser, die vorher mit Salz, 1EL Zucker, Hefe und den Gewürzen gemischt waren. Dies knetet man, es ergibt eine einen relativ flüssigen Teig, was kein Problem ist.

Dann gibt man zum Teig etwa die Hälfte des Weizenmehles, lässt die Maschine laufen und prüft, wie fest der Teig wird. Hierbei muss man neben der Maschine Maschine stehen, denn ab dem Zeitpunkt kann der Deckel abheben und es kann alles durch die Gegend fliegen. Deckel festhalten. Stück für Stück das restliche Weizenmehl zugeben und eventuell noch etwas zusätzliches Wasser. Vom Weizenmehl hält man etwa 2 Hand voll zurück – das braucht man nach dem Kneten.

Wenn der Teig fertig geknetet ist, muss man ihn aus der Küchenmaschine bekommen was nicht einfach ist: Hierzu steckt zieht man zunächst aus Sicherheitsgründen den Netzstecker der Maschine aus. Dann dreht man den Knethaken in Uhrzeigersinn aus der Maschine heraus, hat aber vorher ein bisschen restliches Mehl auf den Teig gegeben, dass es nicht an den Händen hängen bleibt. Mit diesem Trick und dann kann man auch die Schüssel von der Maschine abnehmen. Auch hier noch ein bisschen Mehl auf den Teig, damit nicht alles zu erhält man halbwegs reine Hände, sonst klebt dieser Sauerteig *fürchterlich*.

Dann gibt man noch von den restlichen Mehl etwas aus aufs Brett und macht eine lange Wurst, und teilt diese dann in drei gleichgroße Teile. Diese Würste wälzt man dann in noch etwas zusätzlichem trockenen Mehl, damit es in der vorliegenden Form nicht so anklebt.

Die Formen fettet man ein und gibt dann noch etwas Mehl in die Formen und schüttelt. Dies löst sich am besten.

<b>HRO</b> knowledge	Arbeitsanweisungs-Vorschlag <b>Sauerteig-Misch-Brot backen</b> Küche	ST-Brot_Backen_V1.odt Rev. 1 27.03.2010
-------------------------	--	---

Dann gibt man die Würste in die Formen. Dort drückt man mit den Fingergelenken in der Mitte den Teig tiefer, das dieser sowieso von der Mitte her am meisten geht.

## **5 Backen**

Dann gebe ich die drei Rechteckformen in den Vorgeh-Kasten bei 30°C lasse sie noch etwa 3 h gehen.

Dann hat man den Ofen auf etwa 230° angeheizt und packt die drei Formen auf relativ niedriger Schiene in den Backofen.

In diesem Moment stellt man die in den Backofen (Vorsicht die Anzeige des Ofens ist blöd gemacht) auf 180 Grad (Knopf bei diesem Herd senkrecht) und stellt die Backofen-Uhr 50 min.

Das ist sicher von Herd zu Herd verschieden.

Zuletzt muss noch das Brot aus den Formen, was gut geht, wenn man die Regeln vorher befolgt hat.