Roggenbrot

Duftend und kross: Das gesunde Roggenbrot nach diesem simplen Rezept auch in der heimischen Küche zubereiten.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 20 min

Koch/Backzeit: 45 min

Ruhezeit: 2,2 h

Gesamtzeit: 3,3 h

Zutaten

100 g	Roggenmehl
80 g	Natursauerteig
100 ml	Wasser
40 g	Hefe
350 ml	Wasser
500 g	Roggenmehl
20 g	Salz
50 g	Mehl (für die Arbeitsfläche)

Zubereitung

1. Die Zubereitung des Roggenbrotes beginnt schon am Vortag. Den flüssigen Sauerteig ansetzen und mindestens 14 Stunden gehen lassen.

2. Eine Schüssel mit lauwarmem Wasser vorbereiten und darin die Hefe auflösen. Den fertigen Sauerteig vom Vortag hinzugeben. Im Anschluss Roggenmehl und Salz hinzugeben und mit einem elektrischen Handrührer mit dem Knethacken erst vier Minuten langsam vermengen und dann nochmals 4 Minuten auf der höchsten Stufe. Die Küchenmaschine bietet eine komfortablere Lösung.

3. Den Teig für die nächste halbe Stunde an einen warmen Ort stellen und immer wieder verkneten. In der Zwischenzeit Backofen auf 240 Grad Celsius einstellen und ein Backblech mit Backpapier belegen. Im Ofen ein Backblech mit Wasser erhitzen. Den Teig nun in Form eines Brotlaibes auf das Blech setzen und nochmals 40 Minuten ruhen lassen.

4. Das Blech mit dem Wasser aus dem Ofen nehmen und gegen das Backblech mit dem Roggenbrot eintauschen. Es soll 10 Minuten backen und bei 20 Grad weniger 35 Minuten backen, bis es fertig ist.

5. Das Roggenbrot etwas überkühlen lassen und mit einem scharfen Brotmesser in Scheiben schneiden.

Tipp

Das schmackhafte Roggenbrot mit einem leckeren Dip oder Butter und Salz genießen. Es können alternativ Misch-, Vital- und Mehrkornbrote zubereitet werden.