Selbstgemachtes Schwarzbrot

Ein selbstgemachtes Schwarzbrot gelingt nach diesem Rezept bestimmt. Durch die Zugabe von Sauerteig geht das Brot auf, die Zugabe von Roggenschrot verleiht den nötigen Biss.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 20 min

Koch/Backzeit: 2,5 h

Gesamtzeit: 2,8 h



Zutaten

1 TL	Salz
1 Packung	Natursauerteig
40 g	Hefe
350 g	Roggenmehl
370 g	Roggenbackschrot
400 ml	Wasser (lauwarmes)
4 EL	Wasser (lauwarmes)
30 g	Weizenkleie
0.5 TL	Zucker
4 EL	Haferflocken

Zubereitung

1. Für das selbstgemachte Schwarzbort in einer grossen Schüssel das Roggenmehl mit dem Roggenschrot und dem Salz trocken vermengen und eine Vertiefung formen. Für den Hefeansatz den Zucker mit der Hefe in 4 Esslöffel lauwarmem Wasser auflösen. Diesen Ansatz in die Mulde des Mehls geben und ohne Verrühren zugedeckt für 10 Minuten stehen lassen.

2. Mit dem Handmixer und Knethaken alles vermengen und dabei immer wieder lauwarmes Wasser und den fertigen Sauerteig zugeben, bis sich der Teig vom Haken löst. Gegebenenfalls noch etwas Mehl zugeben. Die fertige Teigmischung in der Schüssel wieder für 45 Minuten gehen lassen.

3. Auf einer gut bemehlten Arbeitsfläche den Teig nochmals kräftig mit den Händen

durchwalken und in eine gefettete Kartenform geben. Das Backrohr auf 200 Grad vorheizen.

4. Vor dem Backen die Teigmischung in der Form nochmals für 40 Minuten ruhen lassen und für 40 Minuten im Ofen fertigbacken. Dabei immer wieder die Oberfläche mit kaltem Wasser bestreichen, um eine krosse Kruste zu erhalten.

Tipp

Kombiniert wird das selbstgemachte Schwarzbrot durch Zugabe verschiedener Körner. Sonnenblumen- oder Kürbiskerne sind dabei gute Begleiter. Obenauf kann das Schwarzbrot auch gut mit Sesamkörnern oder Haferflocken bestreut werden.