

# WÜRZIGES ROGGENBROT MIT SAUERTEIG

★★★★★ 4.9 bei 489 Bewertungen

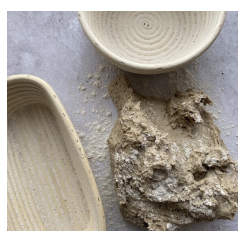


Wenn ihr noch nie mit Sauerteig gebacken habt oder ihr euer Wissen auffrischen möchtet, dann werft einen Blick in mein [Sauerteig 1x1](#). Dort habe ich alle wichtigen Infos rund um das Thema zusammengeschrieben. Hinweis: Wenn ihr zum ersten Mal einen Sauerteig ansetzt, dann plant dafür mindestens 5 Tage ein.

## Zubereitung

**1 Vorbereitungsarbeiten am Vortag:**  
Den gesamten Sauerteigansatz aus dem Kühlschrank nehmen (es sollten mindestens 100 g sein) und mit 200 g Roggenmehl und 200 g Wasser vermischen. Anschließend 6-8 Stunden zugedeckt bei Zimmertemperatur stehen lassen, bis der Sauerteig wieder Bläschen bildet. 400 g vom Sauerteig wegnehmen und den Rest in ein Schraubglas bis zum nächsten Mal in den Kühlschrank stellen.

**2 am Backtag:**  
Wasser in die Rührschüssel geben, dann die restlichen Zutaten (Mehle, Brotgewürz, Salz und Sauerteig) genau abwägen und dazugeben. Alles kurz zu einem weichen Teig verkneten (nur so lange kneten, bis sich die Zutaten gut verbunden haben). Gut abgedeckt darf der Teig jetzt 6-8 h rasten.



## Zutaten

FÜR 2 BROTE À CA. 850 G

### VORTEIG

200 g Roggenmehl  
200 g Wasser  
Sauerteigansatz (aus dem Kühlschrank)

### BROTTEIG

700 g lauwarmes Wasser  
850 g Roggenmehl 960  
150 g Weizenmehl 700  
30 g Brotgewürz  
20 g Salz  
400 g Sauerteig (vom Vorteig)

- 3** Den Teig halbieren und vorsichtig mit Hilfe von etwas Roggenmehl zu Brotlaiben formen. In gut mit Roggenmehl bemehlte Gärkörbchen legen und darin nochmals ca. 1 Stunden rasten lassen.

HINWEIS: Falls euer Sauerteig noch „jung“ ist, am besten ein kleines Germstück (ca. 5 g) hinzufügen, da der Sauerteig für diese kurze Gehzeit noch nicht stark genug sein könnte.



- 4** Den Backofen 30 Minuten lang auf 230 Grad (Heißluft) vorheizen.

- 5** Die Brote aus den Gärkörbchen auf ein Backblech stürzen, sofort in den heißen Ofen geben, Temperatur auf 210 Grad reduzieren und 45 Minuten mit viel Dampf backen.



Wer Brotgewürz nicht so gern mag, der kann es natürlich auch einfach weglassen. Alles Wichtige zum Roggen findet ihr in meinem Blogbeitrag.