

Rezept Bauernschenkenlaib

 hr-fernsehen.de/sendungen-a-z/hallo-hessen/rezepte/rezept-bauernschenkenlaib-,backen-1456.html

Ein Rezept für ein Roggenmischbrot à la Odenwälder Landbrot von Bernd Siefert, Konditormeister aus Michelstadt im Odenwald.

Vortag – Sauerteig

Zutaten:

- 25g Anstellgut vom Sauerteig aus dem Kühlschrank
- 200g Roggenvollkornmehl
- 50 g Semmelbrösel
- 250g Wasser

Zubereitung:

Vermischen und 16 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen, dann in den Kühlschrank stellen

Backtag

Zutaten:

- Hauptteig
- 50g Weizenmehl Typ1050 (23 Grad)
- 200g Roggenmehl Typ 1370 (23 Grad)
- 200g Wasser (75 bis 80 Grad)(wenn der Sauerteig nicht aus dem Kühlschrank kommt, dann Schüttflüssigkeit weniger heiß: ca. 50 Grad)
- 500 bis 525g Sauerteig aus Kühlschrank (6 bis 7 Grad)
- 13g Salz

Zubereitung:

- Alle Zutaten in einer Rührschüssel gut verrühren, bis ein klebriger Teig entstanden ist
- Teig hatte bei mir eine Temperatur von 28° (Roggenteig sollte nicht kühler angesetzt werden, 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 Schwadefäß hochheizen
- Teig auf einen Schieber aus dem Gärkörbchen lupfenTeig 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

Sendung: hr-fernsehen, "hallo hessen", 12.10.2021, 16:00 Uhr