

| Pos. | Zutaten: | Getreide gesamt 1000 g | | Arbeitsschritt 1 | Menge | Arbeitsschritt 2 | Menge | Arbeitsschritt 3 | Menge |
|------|--------------------------|------------------------------|------|---|-------|--|-------|----------------------------------|---------|
| 1 | | | | Sauerteig | in g | In eine Schüssel geben: | in g | Hauptteig | in g |
| 2 | | | | | | | | | |
| 3 | Roggenmehl 997 | 50 g | 5% | Weizenmehl 550 | 180 | Weizenmehl 550 | 750 | Nach der Stehzeit in die | |
| 4 | Weizenmehl 550 | 930 g | 93% | **Sauerteigstarter | 20 | Roggenmehl 997 | 50 | Knetschüssel geben: | |
| 5 | | | | Mit einem Löffel mischen. | | Salz | 18 | | |
| 6 | **Sauerteigstarter | 20 g | 2% | | | | | Wasser kalt | 460 |
| 7 | z.B. v. hobbybaecker.de | | | zugeben: | | mischen und bereitstellen | | Frischhefe | 30 |
| 8 | | | | Wasser handwarm | 200 | (Mehlmischung) | | Honig oder Zucker | 20 |
| 9 | | | | Mit einem Löffel verrühren. | | | | Mit einem Schneebesen verrühren. | |
| 10 | | | | | | | | | |
| 11 | | | | Stehzeit abgedeckt: 18-24 h | | Tipp: Hat Ihre Knetmaschine viele | | zugeben: | |
| 12 | | | | (bei warmer Zimmertemperatur) | | Knetstufen und arbeitet auf den ersten | | (Mehlmischung) | |
| 13 | | | | Anzeichen eines guten Sauerteiges: | | Stufen sehr langsam, wählen Sie jeweils | | Sauerteig | |
| 14 | Frischhefe | 30 g | 3% | deutliche Volumenzunahme, | | eine höhere, aber nicht zu hohe, | | | |
| 15 | oder Trockenhefe 16 g | | | angenehmer Geruch, kleine Blasen. | | Knetstufe. | | Knetstufe 1 | 5 Min. |
| 16 | | | | | | | | | |
| 17 | Öl | 20 g | 2% | | Menge | | Menge | Teigruhe abgedeckt: | 10 Min. |
| 18 | | | | | in g | | in g | | |
| 19 | Honig | 20 g | 2% | | | | | zugeben: | |
| 20 | oder Zucker | | | | | | | Öl | 20 |
| 21 | | | | | | | | Knetstufe 1 | 3 Min. |
| 22 | Salz | 18 g | 1,8% | | | | | Knetstufe 2 | 3 Min. |
| 23 | | | | | | | | | |
| 24 | Wasser | 660 g | 66% | | | | | Teigruhe abgedeckt | 1 h |
| 25 | | | | | | | | | |
| 26 | | | | | | | | | |
| 27 | | | | | | | | | |
| 28 | | | | | | | | | |
| | Teiggewicht gesamt: | 1.748 g | | | | | | | |
| | Teigausbeute (TA) netto: | 166 | | | | | | | |
| | Teigtemperatur: | 23 °C | | | | | | | |



| Step | Kurz und bündig | Kommentar | Backen |
|------|---|--|--|
| 1 | Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben. | Weizenmehl 550 Teigoberfläche nicht mehlen! | Ober/Unterhitze: 220 °C oder Umluft: 200 °C |
| 2 | Den Teig an den Enden leicht zu einem Viereck ziehen. | Den Teig von der Unterseite an den oberen und unteren Enden leicht nach außen ziehen. | Backzeit: 18-22 Min. (je nach Ofentemperaturtoleranz!) |
| 3 | Teig zu einem Viereck einschlagen. (falten) | Die obere Teighälfte zur Mitte einschlagen. Das Mehl abpinseln und die Unterseite auf die bereits eingeschlagene Seite legen. | Dampf geben: ja (Eine Schnapsglasmenge kaltes Wasser in die Form gießen) |
| 4 | Teigoberfläche mehlen und den Teig komplett drehen. | Die Unterseite liegt jetzt oben. | Dampf ablassen nach: 10 Min. (Ofentüre ca. 5 Sec. öffnen.) |
| 5 | Teig flachdrücken, erst in Streifen, dann in Vierecke schneiden. | Teigdicke: 3 cm Teiglinggröße: 5 x 5 cm | runterschalten nach: -- Min. |
| 6 | Teiglinge oben abpinseln. | Die Oberfläche sollte frei von Mehl sein. | auf: -- °C |
| 7 | Teiglinge auf einen Teller mit Wasserfilm legen, anschließend in Saaten legen und auf zwei Bleche setzen. | Die abgepinselte Seite in den Wasserfilm legen. Oder die Teiglinge auf Backrost setzen. Dazu das überschüssige Backpapier mit einer Schere wegschneiden. Die Hitzeübertragung findet schneller statt, der Dampf verteilt sich besser. Das Backgut hat mehr Volumen und mehr Glanz. | weiter runterschalten nach: -- Min. auf: -- °C |
| 8 | Teigruhe abgedeckt: ca. 40 Min. | Das Volumen hat sich knapp verdoppelt. | Ofenspalt öffnen nach: -- Min. wie lange: -- Min. |
| 9 | Backofen rechtzeitig vorheizen. | Tipp: Eine Kastenform ohne Wasser auf den vorderen Ofenboden stellen und ebenfalls vorheizen. (Diese dient zur Dampferzeugung) Befüllen Sie die Kastenform zur Hälfte mit Kieselsteinen, entsteht mehr Dampf. | Nach dem Backen: Auf einem Gitter auskühlen lassen. Tipp: Lassen Sie den Dampf mehrmals ab, wird die Kruste krosser. |