

Pos.	Zutaten:	Getreide gesamt 1000 g		Arbeitsschritt 1	Menge	Arbeitsschritt 3	Menge	Arbeitsschritt 4	Menge
1				Sauerteig	in g	In eine Schüssel geben:	in g	Hauptteig	in g
2									
3	Roggenmehl 1150	50 g	5%	Weizenmehl 550	180	Roggenmehl 1150	50	Nach der Stehzeit in eine	
4	Weizenmehl 550	930 g	93%	**Sauerteigstarter	20	Weizenmehl 550	650	Knetschüssel geben:	
5				Mit einem Löffel mischen.		Salz	18		
6	**Sauerteigstarter	20 g	2%					Wasser kalt	380
7	z.B. v. hobbybaecker.de			zugeben:		mischen und bereitstellen		Frischhefe	29
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		Vorteig	
13				Anzeichen eines guten Sauerteiges:		Stufen sehr langsam, wählen Sie jeweils		Mehlmischung	
14	Frischhefe	30 g	3%	deutliche Volumenzunahme,		eine höhere, aber nicht zu hohe,		Sauerteig	
15	oder Trockenhefe 16 g			angenehmer Geruch, kleine Blasen.		Knetstufe.			
16								Knetstufe 1	5 Min.
17	Honig	20 g	2%	Arbeitsschritt 2	Menge		Menge		
18	oder Zucker			Vorteig	in g			Teigruhe abgedeckt:	10 Min.
19									
20	Salz	18 g	1,8%	Wasser kalt	100			Knetstufe 1	4 Min.
21				Frischhefe	1			Knetstufe 2	3 Min.
22	Wasser	680 g	68%	Mit einem Schneebesen verrühren.				Teigruhe abgedeckt:	1 h
23									
24	Zum bestreuen:			zugeben:				Weiter auf Seite 2	
25	Mohn/Sesam			Weizenmehl 550	100				
26									
27				Mit einem Löffel verrühren.					
28									
	Teiggewicht gesamt:	1.748 g		Anschließend abgedeckt solange in den					
	Teigausbeute (TA) netto:	168		Kühlschrank stellen, bis der Sauerteig					
	Teigtemperatur:	23 °C		reif ist.					



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 mit einer Teigkarte abdrücken..	Teigdicke: 3 cm Teiglinggröße: 5 x 5 cm	runterschalten nach: -- Min.
6	Teiglinge formen.	Rundum von unten nach oben jeweils ein Stück Teig ziehen und mittig eindrücken. Lang: Den Teigling mit dem Handballen etwas flachdrücken und von oben nach unten straff einrollen und auf ca. 12 cm Länge ausrollen.	auf: -- °C
7	Teigstränge leicht in Roggenmehl wälzen und zu einem Knoten formen.	So bekommen die Brötchen einen schönen Ausbund. Mehl von der Oberfläche abpinseln und die Oberseite in das Wasser legen.	weiter runterschalten nach: -- Min. auf: -- °C
8	Teiglinge auf einen Teller mit Wasserfilm legen, anschließend in Saaten legen. und auf zwei Bleche setzen.	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.	Ofenspalt öffnen nach: -- Min. wie lange: -- Min.
9	Teigruhe abgedeckt: ca. 40 Min.	Das Volumen hat sich knapp verdoppelt.	Nach dem Backen: Auf einem Gitter auskühlen lassen.
10	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.	Tipp: Lassen Sie den Dampf mehrmals ab, wird die Kruste krosser.