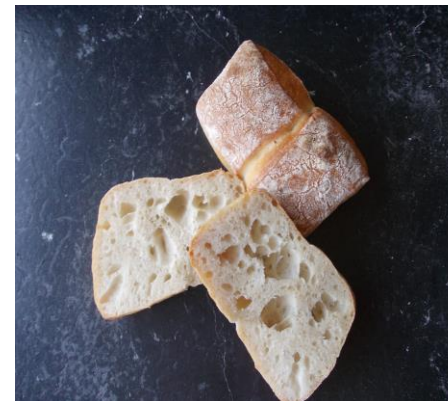


Pos.	Zutaten:	Getreide gesamt 1000 g		Arbeitsschritt 1	Menge	Arbeitsschritt 3	Menge	Arbeitsschritt 4	Menge
1				Sauerteig	in g	In eine Schüssel geben:	in g	Hauptteig	in g
2									
3	Roggenmehl 1150	50 g	5%	Weizenmehl 550	180	Roggenmehl 1150	50	Nach der Stehzeit in die	
4				**Sauerteigstarter	20	Weizenmehl 550	700	Knetschüssel geben:	
5	Weizenmehl 550	930 g	93%	Mit einem Löffel mischen.		Salz	18		
6								Wasser kalt	230
7	**Sauerteigstarter	20 g	2%	zugeben:		mischen und bereitstellen		Frischhefe	30
8	z.B. v. hobbybaecker.de			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		Kochstück	
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			Kochstück	in g			Teigruhe abgedeckt:	10 Min.
19									
20	Salz	18 g	1,8%	Wasser kalt	250			Knetstufe 1	4 Min.
21				Weizenmehl 550	50			Knetstufe 2	3 Min.
22	Wasser	680 g	68%	Mit einem Schneebesen verrühren.				Teigruhe abgedeckt:	1 h
23									
24				Bis zum einmaligen Blasenwurf				Weiter auf Seite 2	
25				(ständig rühren) aufkochen und					
26				von der Kochstelle nehmen.					
27									
28				4 h abgedeckt stehen lassen,					
				anschließend solange in den					
				Kühlschrank stellen, bis der Sauerteig					
				reif ist.					
	Teiggewicht gesamt:	1.748 g							
	Teigausbeute (TA) netto:	168							
	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	Teigoberfläche leicht mehlen.		runterschalten nach: -- Min. auf: -- °C
6	Teig flachdrücken, erst in Streifen, dann in Vierecke schneiden.	Teigdicke: 3 cm Teiglinggröße: 5 x 5 cm	weiter runterschalten nach: -- Min. auf: -- °C
7	Teiglinge auf zwei Bleche setzen. Zwei Teiglinge zusammen setzen.	Oder die Teiglinge auf Backrost setzen. Dazu das überschüssiges 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.
8	Teigruhe abgedeckt: ca. 40 Min.	Das Volumen hat sich knapp verdoppelt.	Nach dem Backen: Auf einem Gitter auskühlen lassen.
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.	Tipp: Lassen Sie den Dampf mehrmals ab, wird die Kruste krosser.