

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 997	300 g	30%	Weizenmehl 550	180	Roggenmehl 997	300	Nach der Stehzeit in die	
4				**Sauerteigstarter	20	Weizenmehl 550	400	Knetschüssel geben:	
5	Weizenmehl 550	680 g	68%	Mit einem Löffel mischen.		Salz	18		
6								Wasser kalt	390
7	**Sauerteigstarter	20 g	2%	zugeben:		mischen und bereitstellen		Frischhefe	28
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		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	Öl (Sonnenblumenöl)	20 g	2%	Arbeitsschritt 2	Menge		Menge		
18				Vorteig	in g		in g	Teigruhe abgedeckt:	10 Min.
19	Honig	20 g	2%						
20	oder Zucker			Wasser kalt	100			Knetstufe 1	2 Min.
21				Frischhefe	2			zugeben:	
22	Salz	18 g	1,8%	Mit einem Schneebesen verrühren.				Öl	20
23									
24	Wasser	680 g	68%	zugeben:				Knetstufe 1	3 Min.
25				Weizenmehl 550	100			Knetstufe 2	3 Min.
26				Mit einem Löffel verrühren.					
27								Teigruhe abgedeckt:	1 h
28				Anschließend abgedeckt solange in den					
				Kühlschrank stellen, bis der Sauerteig				Weiter auf Seite 2	
				reif ist.					

Teiggewicht gesamt: 1.768 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 flach drücken, 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.