


Pos.	Zutaten:	Getreide gesamt		Arbeitsschritt 1		Arbeitsschritt 3		Arbeitsschritt 5		
		1000	g		Menge		Menge		Menge	
1				Sauerteig	in g	In einen Schüssel geben:	in g	Hauptteig	in g	
2										
3	Kamutvollkornmehl	500	g	50%	Kamutvollkornmehl	200	Kamutvollkornmehl	300	Nach der Stehzeit in die	
4	Dinkelmehl 630	300	g	30%	**Sauerteigstarter	20	Dinkelmehl 630	100	Knetschüssel geben:	
5	Roggenmehl 1150	100	g	10%	Mit einem Löffel mischen.		Roggenmehl 1150	100		
6	Buchweizenmehl	80	g	8%			Buchweizenmehl	80	Wasser handwarm	
7					zugeben:		Salz	18	Frischhefe	
8	**Sauerteigstarter	20	g	2%	Wasser handwarm	220	Mit einem Löffel mischen.		Honig oder Rübensirup	
9	z.B. v. hobbybaecker.de				Mit einem Löffel verrühren.		(Mehlmischung)		Mit einem Schneebesen verrühren..	
10										
11					Stehzeit abgedeckt: 18-24 h				zugeben:	
12					(bei warmer Zimmertemperatur)				Sauerteig	
13					Anzeichen eines guten Sauerteiges:				Vorteig	
14	Frischhefe	15	g	1,5%	Deutliche Volumenzunahme,				Knetstufe 1	
15	oder Trockenhefe 8 g				angenehmer Geruch, kleine Blasen.				3 Min.	
16									zugeben:	
17	Honig	20	g	2%	Arbeitsschritt 2	Menge	Arbeitsschritt 2	Menge	(Mehlmischung)	
18	oder Rübensirup				Vorteig	in g			Knetstufe 1	
19									5 Min.	
20	Salz	18	g	1,8%	Wasser kalt	200			Teigruhe abgedeckt:	
21					Frischhefe	1			10 Min.	
22	Wasser	670	g	67%	Mit einem Schneebesen verrühren..					
23					zugeben:					zugeben:
24					Dinkelmehl 630	200				Öl
25					Mit einem Löffel verrühren.				Knetstufe 1	
26									4 Min.	
27					Anschließend solange in den				Knetstufe 2	
28					Kühlschrank stellen, bis der Sauerteig				2 Min.	
	Teiggewicht gesamt:	1.723	g		reif ist.		Tipp: Hat Ihre Knetmaschine viele		Teigruhe abgedeckt:	
	Teigausbeute (TA) netto:	167					Knetstufen und arbeitet auf den ersten		1 h	
							Stufen sehr langsam, wählen Sie jeweils		Weiter auf Seite 2	
							eine höhere, aber nicht zu hohe,			
							Knetstufe.			

Step	Kurz und bündig	Kommentar	Backen
1	Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben.	Dinkelmehl 630	Ober/Unterhitze: 230 °C oder
2	Teig einschlagen: 1 x	Kein Mehl auf die Teigoberfläche geben. Den Teig leicht zu einem Viereck ziehen. Nun die oberer Teighälfte zur Mitte einschlagen, die untere Teighälfte darüber legen und etwas flach drücken.	Umluft: 210 °C
3	Teig abwiegen: in g 2 x 862		Backzeit: ca. 55 Min. (je nach Ofen!)
4	Teigform: rund Teigschluss: unten	Runde Form: Auf der Arbeitsplatte liegend von unten ein Stück Teig nach oben zur Mitte ziehen und leicht eindrücken. Den Teig etwas drehen und wieder	Dampf geben: ja (Eine Schnapsglasmenge kaltes Wasser in die heiße Form gießen)
5	Teiglinge leicht in Mehl wälzen.	Dinkelmehl	runterschalten nach: sofort um: 20 °C
6	Teiglinge nebeneinander auf ein Blech setzen. Teigschluss: unten	Oder auf den Ofenrost (Backpapier) setzen. Überschüssiges Papier abschneiden. Vorteile: Bessere Hitzeverteilung, schönere Farbe, mehr Volumen.	Dampf ablassen nach: 35 Min. (Ofentüre kurz öffnen.)
7	Teigruhe abgedeckt: ca. 50 Min.	Das Volumen hat sich verdoppelt.	evtl. weiter runterschalten nach: (je nach Farbe) 35 Min. um: 10 °C
8	Backofen rechtzeitig vorheizen.	Tipp! Eine Kastenform ohne Wasser auf den vorderen Ofenboden stellen und und ebenfalls vorheizen. (Diese dient zur Dampferzeugung)	Ofenspalt öffnen nach: -- Min.
9	Nicht einschneiden.	Für mehr Dampf: Die Form zur Hälfte mit Kieselsteinen befüllen.	wie lang; -- Min. Nach dem Backen: Auf einem Gitter auskühlen lassen. Tipp: Lassen Sie den Dampf mehrmals ab, wird die Kruste krosser.