

## Rotwald mit Walnüssen

### Zutaten

#### Sauerteig

- 65g** Waldstaudenroggen Vollkornmehl „extrafein“
- 100ml** Wasser
- 10g** ASG aus dem Kühlschrank

#### Brühstück I

- 20g** Waldstaudenroggen Flocken
- 2g** Salz
- 40 ml** Wasser, kochend

#### Brühstück II

- 65g** Walnüsse
- 40ml** Wasser, kochend

- 130g** Rotkornweizen Vollkornmehl „extrafein“
- 50g** Waldstaudenroggen Vollkornmehl „extrafein“
- 3g** Flohsamenschale, gemahlen
- 6g** Salz
- 3g** Hefe
- 5g** Öl
- 75ml** Wasser

### Zubereitung

- **Sauerteig**
  - Zutaten für den Sauerteig verrühren und **16 – 20 Stunden** bei Raumtemperatur reifen lassen
- **Brühstück I**
  - Flocken und Salz mit kochendem Wasser überbrühen
  - **2 Stunden** quellen lassen



- **Brühstück II**
  - Walnüsse mit heißem Wasser übergießen und **2 Stunden** quellen lassen
- **Hauptteig**
- *Sauerteig, Brühstück I*, und alle weiteren Zutaten bis auf das *Brühstück II* und das Öl in einer Rührschüssel vermengen
- **10 Minuten** langsam kneten
- Öl zugeben und **5 Minuten** weiterkneten
- Brühstück II zugeben und unter den Teig kneten
- Eine Kastenform (**ca. 10 x 18 cm**) mit Butterschmalz einfetten oder mit Backpapier auskleiden
- Teig einfüllen und **2 Stunden** bei Raumtemperatur gehen lassen
- Ofen auf **230°C** aufheizen und Backform auf der unteren Schiene **8 Minuten** anbacken
- Temperatur auf **200°C** reduzieren und **40 – 45 Minuten** fertig backen