

## Roggen-Rotkorn

### Zutaten

#### Sauerteig

- 120g** Waldstaudenroggen Vollkornmehl „extrafein“
- 120ml** Wasser
- 25g** ASG (Anstellgut aus dem Kühlschrank)

#### Kochstück

- 35g** Maisgrieß (Polenta)
- 140 ml** Wasser
- 12g** Salz

#### Autolyse

- 150g** Rotkornweizen Vollkornmehl „extrafein“
- 150 ml** Wasser

#### Hauptteig

- 200g** Waldstaudenroggen Vollkornmehl „extrafein“
- 50ml** Wasser



### Zubereitung

- **Sauerteig**
- Anstellgut im Wasser auflösen. Waldstaudenroggen Mehl zugeben und glatt rühren
- 12 - 16 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen
- **Kochstück**
- Maisgrieß in einer Pfanne ohne Fett anrösten, bis er angenehm duftet.
- langsam , unter ständigem Rühren das Wasser zugeben
- Zum Schluss das Salz zugeben und unterrühren
- ca. 1 Stunde abkühlen lassen

- **Autolyse**
- Rotkornweizen Vollkornmehl "extrafein" mit dem Wasser verrühren und 1 Stunde quellen lassen
- **Hauptteig**
- *Sauerteig, Kochstück, Autolyse* mit dem restlichen Mehl und Wasser 5 Minuten langsam kneten
- **1 Stunde, bei ca. 24°C** Raumtemperatur in der Knetschüssel lassen und nach jeweils **30 Minuten** nochmals **für 5 Sekunden** kneten
- den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche kippen und mit Hilfe der Teigkarte von allen Seiten zu einem runden Laib zusammenfalten.
- Teigling umdrehen und mit den Händen rund formen. Mit Schluss nach oben in ein gut bemehltes Gärkörbchen legen
- **3-4 Stunden** bei Raumtemperatur (**ca. 24°C**) gehen lassen
- Backofen mit Backblech auf **260°C** aufheizen
- Teigling auf das heiße Backblech stürzen und für **15 Minuten** mit Dampf anbacken
- Ofentemperatur auf **220°C** reduzieren und für weitere **35 - 40 Minuten** backen

### **Tipp**

*Backe das Brot im Topf: heize einen gußeisernen Topf im Ofen auf. Den Teigling vorsichtig vom Gärkörbchen in den Topf stürzen. Deckel schließen und wie angegeben backen.*

*Diese Methode ersetzt den Dampf im Backofen.*