Roggensauerteigbrot

• gut einplanbar •

Zutaten

Vorteig

60g Sauerteig Anstellgut vom Roggensauer
75ml warmes Wasser
75g Roggenmehl, Type 1150

Hauptteig

330ml warmes Wasser
100g Roggenmehl, 1370 oder Vollkorn
340g Roggenmehl, Type 1150
1 ½ TL Salz, 1 EL Sonnenblumenöl

Zubereitung

Die Zutaten für den Vorteig in einer Schüssel mit Deckel vermengen und etwa 12 Stunden bei Zimmertemperatur ruhen lassen. Den Vorteig mit den Zutaten für den Hauptteig vermengen und so lange kneten bis sich der Teig vom Schüsselrand lösen lässt.
Ein bisschen Öl über den Teig träufeln und abgedeckt 3 Stunden ruhen lassen. Zwischendurch 2x in der Schüssel dehnen und falten. Dann zu einem Laib formen und in den gemehlten Zauberkasten legen. Weitere 30min ruhen lassen.
In der Zwischenzeot den Backofen auf 230 Grad Ober/Unterhitze vorheizen.
Backzeit: 50 Minuten