



## **2-Stufen Sauerteigbrot**

**Rezept von Marcel Paa**

### **Stufe 1 Vorteig**

50 g Wasser handwarm  
10 g Sauerteig  
60 g Halbweissmehl (Weizenmehl, Type 812, 65, 550)

### **Stufe 2 Vorteig**

40 g Halbweissmehl (Weizenmehl, Type 812, 65, 550)  
30 g Wasser handwarm

### **Hauptteig**

Vorteig  
270 g Wasser handwarm  
200 g Halbweissmehl (Weizenmehl, Type 812)  
200 g Ruchmehl (Weizenmehl Type 1050)  
10 g Salz

### **so geht's...**

#### **Stufe 1 Vorteig**

Den Sauerteig zum Wasser in eine Schüssel geben und aufschämmen. D.h. zusammen vermischen.

Das Mehl dazugeben und alles gut verkneten. Anschliessend den Vorteig mit einem Teigtuch (Gärfolie) zudecken und für 8-12 Std. bei Raumtemperatur gären lassen.

## **Stufe 2 Vorteig**

Mehl und Wasser zum Vorteig geben und alles zu einem klumpenfreien Teig verkneten. Anschliessend den Vorteig mit einem Teigtuch (Gärfolie) zudecken und für 3-4 Std. bei Raumtemperatur gären lassen.

## **Hauptteig**

Den Vorteig und alle weiteren Zutaten in die Küchenmaschine geben und 2-3 Min. auf kleiner Stufe ankneten.

Nach 2-3 Min. die Knetgeschwindigkeit erhöhen und den Teig zirka 15 Min. bei mittlerer Geschwindigkeit kneten. Mit der „Fensterprobe“ den Teig prüfen. Wenn der Teig noch klebrig ist und reisst, weiter kneten bis er die Fensterprobe besteht.

Danach den Teig in ein gefettetes Becken legen, mit einem Teigtuch (Gärfolie) zudecken und für 2-3 Std. bei Raumtemperatur gären lassen.

In der Zwischenzeit den Teig einmal dehnen und falten:

Hierzu ziehst Du an einer Seite des Teiges diesen in der Schüssel leicht hoch und legst den Teig an den gegenüberliegenden Schüsselrand. Dies geht am besten, wenn Du Deine Hände vorgängig in etwas Wasser tunkst.

## **Formen**

Nach der Gärzeit den Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben, und 2-3x über die Arbeitsfläche schleifen, um eine glatte Oberfläche zu bekommen.

Danach den Teigling umkehren (glatte Seite liegt nun unten), mit den Händen auf der Arbeitsplatte leicht nach unten ziehen, um ein längliches Teigstück zu erhalten.

Den Teigling leicht flach drücken und die Enden links und rechts einklappen.

Aus dem Teig einen straffen Strang in der Länge eines mit einem Bezug eingekleideten Gärkorbes rollen.

Anschliessend den Teig mit dem Verschluss nach oben in den Gärkorb legen, mit einem Teigtuch (Gärfolie) und für 1 Std. gären lassen.

In der Zwischenzeit den Backofen mit einem Brotbackstein oder einem leeren Blech und einer feuerfesten Schüssel in der unteren Hälfte des Ofens auf 230 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

## **Backen**

Nach der Gärzeit den Teigling auf eine leicht bemehlte Brotschaufel stürzen und dann die Teigoberfläche leicht mit Mehl stauben.

Die Teigoberfläche längs und mittig einmal mit einem scharfen Messer einschneiden.

Dabei die Klinge in einem 45-Grad-Winkel führen.

Anschliessend den Teigling auf den vorgeheizten Brotbackstein oder das Blech im Backofen abschieben, etwas Wasser in die feuerfeste Schüssel giessen und das Brot etwa 20 Min. backen.

Nach 20 Min. die Schüssel mit dem Wasser entfernen, die Ofentemperatur auf 205 Grad reduzieren und das Brot weitere 20-30 Min. backen.

Nach dem Backen das Brot auf einem Gitter auskühlen lassen.