

## Sonnenrodi Mischbrot „Ofenmeister“

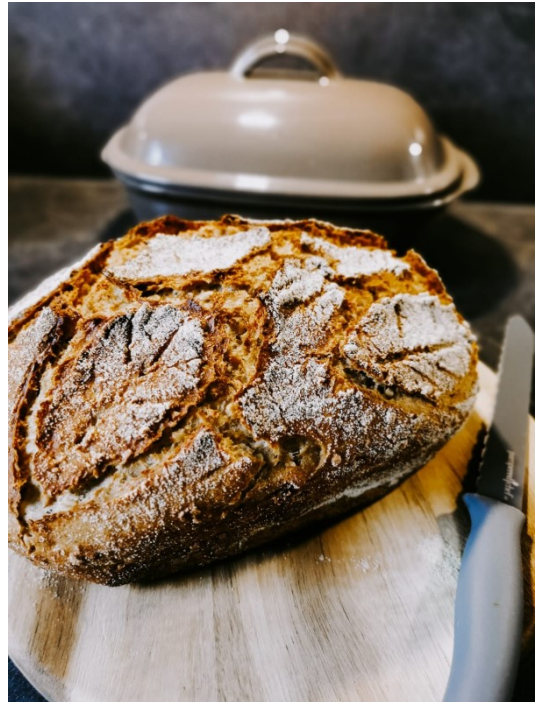
### Zutaten:

#### Brühstück:

120 g Sonnenblumenkerne, geröstet  
60 g kochendes Wasser

#### Hauptteig:

275 g Wasser  
275 g Buttermilch  
10 g Hefe  
1 TL Honig  
40 g Roggen-Sauerteig (am Vortag  
aufgefrischt)  
(wenn keins vorhanden, einfach weglassen  
und 10 g mehr Hefe in den Teig geben)  
Brühstück  
450 g Dinkelmehl 1050  
300 Roggenmehl 1150  
20 g Salz



### Zubereitung:

Brühstück: Sonnenblumenkerne in einer Pfanne rösten und mit kochendem Wasser übergießen. Für mindestens 2-4 h im Kühlschrank quellen lassen.

Wasser, Buttermilch, Hefe und Honig verrühren. (Thermomix: 1 min./37°C Stufe 2 erwärmen). Restliche Zutaten zugeben und verkneten (Thermomix: 2,5 min./Teigknetstufe).

Den klebrigen Teig in die große leicht geölte Edelstahl-Rührschüssel geben und abgedeckt 90 Min. gehen lassen. In dieser Zeit 2 x dehnen und falten.

Sodann den klebrigen Teig auf die leicht mit Hartweizengrieß bemehlte Teigunterlage geben und vorsichtig rundwirken. Den Ofenmeister ebenfalls mit Hartweizengrieße ausmehlen und den Teigling reinsetzen. Abgedeckt gehen lassen bis der Backofen auf 230° C Ober-/Unterhitze aufgeheizt ist. Brot einschneiden und in den heißen Ofen ins unterste Drittel/Rost stellen und 1 h backen.

**Verwendete Produkte:** Teigunterlage, Edelstahl-Streufix, Edelstahl-Rührschüssel (Set), Ofenmeister, Packs an! Silikonhandschuhe, Kuchengitter

**Sevi**   
bäckt und köchelt

Severine Schmid  
Weidenstraße 8  
74182 Obersulm

**pampered|chef**  
SELBSTSTÄNDIGE DIREKTORIN