

Sonnenrodi Mischbrot „Zauberstein Plus“

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 Roggenmehl bemehlte Teigunterlage geben und vorsichtig rundwirken. Danach in ein gut bemehltes Gärkörbchen geben, alternativ in einen mit einem Geschirrtuch (ebenfalls gut bemehlen) ausgelegten Salatsieb. Jetzt den Teig nochmals ca. 30 min. abgedeckt gehen lassen, dabei den Backofen mit dem Zauberstein plus (unterstes Drittel/Rost) oder einen anderen Stein aus der Stoneware plus Kollektion auf 260°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Sodann den Teig vorsichtig aus dem Gärkörbchen auf den heißen Zauberstein plus oder einen anderen Stein aus der Stoneware plus Kollektion stürzen. Temperatur sofort auf 210°C reduzieren und in 45-50 min. fertig backen (Sichtkontakt).

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

Sevi 
bäckt und köchelt

Severine Schmid
Weidenstraße 8
74182 Obersulm

pampered|chef
SELBSTSTÄNDIGE DIREKTORIN