

Bauernbrot (auch leicht abgewandelt als Backmischung in der Sundwiger Mühle erhältlich)

Schwierigkeitsgrad: gering

benötigte Zeit: ca. 2h



600 g Weizenmehl 550

300g Roggen-Vollkornmehl

20 g Salz

11 g Trockenhefe oder 1 Würfel Frischhefe

1 kleiner Beute Seitenbacher Sauerteig

ca. 580 ml Wasser (warm)

ca. 2 EL Speiseöl (muss nicht, kann aber)

9 g Backmalz, enzym-inaktiv oder 3 g Backmalz enzymaktiv (für schönere Rösche und runderen Geschmack)

Trockene Bestandteile in die Rührschüssel wiegen, ungefähre Gewichte reichen aus. Das Salz sollte allerdings genau gewogen sein: Idealerweise zwischen 2 und 2,5 % der Mehlmenge für Mischbrote.

Trocken vermischen, dann das Wasser und den Sauerteig hinzufügen und ca. 5 min (je nach Maschine und Intensität) kneten. Der Teig sollte sich in der Maschine fast vom Rand lösen. Ansonsten je nach Wetterlage Wasser oder Mehl hinzufügen, bis der Teig problemlos von Hand (mit ein wenig Mehl auf Hand und Arbeitsplatte) geknetet werden kann.

Teigruhe min 10 Minuten

Von Hand kneten und formen (rundwirken). Der "Schluss" ist der Teil des Teiges, in dem die Enden beim Rundwirken aufeinanderstoßen. Damit steuert man beim Backen, ob das Brot aufreißt (Bauernbrot) oder glatt wird (Stuten). Optisch netter sind die Bauernbrote: Dafür ein stark mit Roggenmehl bemehltes Gärkörbchen nehmen und den Teig nach gründlichem Kneten mit dem Schluss nach unten hineinlegen. Wenn im Ofen der Schluss an der Oberseite des Brotes ist, wird das Brot an dieser Stelle durch den Ofentrieb aufreißen. Das ergibt eine leckere Kruste mit rustikalem Aussehen.

Teigruhe ca. 20 – 30 Minuten. Der Teigling sollte einigermaßen warm stehen.

In der Zeit den Ofen vorheizen: Ideal mit Backstein, ansonsten schon ein Blech reinlegen, das heiß werden kann. Die Ofentemperatur sollte beim Einschieben mindestens bei 240° Grad sein (Ober- und Unterhitze).

Den Teigling nach der Stückgare (das ist die letzte Teigruhe) aus dem Gärkorbchen auf das heiße Blech / Stein befördern und 10 Minuten backen. Dann die Temperatur auf 180° stellen und weitere 55 Minuten backen.

Das Bauernbrot ist in sehr ähnlicher Form als "Mühlenlaib"-Backmischung in der Sundwiger Mühle und hier im Online-Shop erhältlich. Die außerordentlich lange Teigführung (über neun Stunden) dieser Backmischung ist einzigartig. Das Brot ist sehr gut haltbar, sehr bekömmlich und vor allem sehr lecker!

Jedes Brot vor dem Schneiden unbedingt auskühlen lassen! Das Bauernbrot schmeckt am Besten mit Hemeraner Honig oder einem guten Stück Käse.