



VOM PROFI FÜR ZUHAUSE

# Dreikornbrot



## ZUBEREITUNG:

Für den Sauerteig alles miteinander gut vermengen, abdecken und bei Raumtemperatur ca. 16 h reifen lassen.

Weitere Informationen zum Sauerteig und alternative Herstellungshinweise erkläre ich Euch auf der letzten Seite dieses Rezeptes :-)

Wasser aufkochen und sofort die Haferflocken und Leinsaaten damit übergießen und für ca. 3 h quellen lassen.

## ZUTATEN: (für 2 Brote)

### Sauerteig:

135 g Roggenmehl (Type 1150)

135 g Wasser (ca. 36°C)

15 g reifer Sauerteig

### Brühstück:

60 g Vollkorn-Haferflocken

60 g Leinsaat

180 g Wasser, ca. 100°C

### Hauptteig:

180 g Weizenmehl (Type 1050)

180 g Weizenmehl (Type 550)

30 g Roggenmehl (Type 1150)

15 g Salz

270 g Sauerteig

300 g Brühstück

8 g Hefe

190 g Wasser





VOM PROFI FÜR ZUHAUSE

# Dreikornbrot

## ZUBEREITUNG:

Für den Hauptteig alle Zutaten außer dem Brühstück in die Maschine geben und für 2 Minuten im langsamen und 4 Minuten im schnellen Gang verkneten. Nun das Brühstück dazu geben und für 2 Minuten unterlaufen lassen. Jetzt für 30 - 45 Minuten entspannen lassen.

Nach der Ruhezeit den Teig in zwei gleich große Stücke teilen und rund wirken. Nun entweder direkt auf ein Blech setzen oder in ein Gärkörbchen mit dem Schluss nach

oben, falls Ihr auf einem Backstahl backt. In beiden Fällen die Brote abdecken und für 2-3 h bei Raumtemperatur gehen lassen.

Während dieser Zeit den Ofen mit einem Backstahl vorheizen auf 240° C Ober-/Unterhitze und einer Schüssel mit Saunasteinen o.ä.

Nach der Ruhezeit den Teig in zwei gleich große Stücke teilen und rund wirken. Nun entweder direkt auf ein Blech setzen oder in ein Gärkörbchen mit dem Schluss nach oben, falls Ihr auf einem Backstahl backt. In beiden Fällen die Brote abdecken und für 2-3 h bei Raumtemperatur gehen lassen.

Dann die Brote auf den Backschießer geben, mit Wasser bepinseln und mit Sesam bestreuen. Direkt in den Ofen geben und beim Einschließen bedampfen. Dazu mit einer Bratenspritze 75 ml Wasser auf die vorgeheizten Steine geben. Die Ofentemperatur sofort auf 210°C reduzieren und die Brote für 40-50 Minuten backen. Nach 10 Minuten Backzeit die Ofentüre kurz für rund 2 Minuten minimal öffnen, sodass der Dampf entweichen kann.





VOM PROFI FÜR ZUHAUSE

# Dreikornbrot

## Zum SAUERTEIG für dieses Rezept:

### Option 1:

Ihr habt einen reifen Sauerteig zur Hand, dann könnt Ihr davon direkt 15 g wegnehmen mit Wasser aufschwämmen, Mehl dazugeben und alles bei 16 h bei RT reifen lassen.

### Option 2:

Ihr habt einen Sauerteig im Kühlschrank, er ist aber nicht reif sondern inaktiv.

Dann müsst Ihr ihn erst einmal füttern, am besten im Verhältnis 1:4:4. Das Ganze dann für etwa 24 h bei RT stehen lassen. Wenn sich das mindestens verdoppelt hat, dann könnt Ihr wie bei Option 1 starten.

### Option 3:

Ihr habt gar keinen Sauerteig, dann schaut Euch bitte mal das Video und die Anleitung dazu auf meinem Kanal an :-)

### Option 4:

Das ist die einfachste Lösung: Ihr habt bereits einen fertigen Sauerteig in ausreichender Menge zur Hand, dann könnt Ihr natürlich einfach 270g davon für das Rezept verwenden.

