

Rezeptname: All-In Mischbrot im Kasten

**Basisdaten:**

Weizen 812	300 g	46 %
Roggen 1150	200 g	31 %
Dinkel Vollkorn	150 g	23 %
Mehl gesamt	650 g	100 %
Schüttflüssigkeit	515 g	
Olivenöl	13 g	2,0 %
Reissirup	10 g	1,5 %
Salz	13 g	2,0 %
Hefe	1 g	0,2 %
Saaten		



**Brühstück ( 50 g Sonnenblumen, 25 g Leinsamen, 25 g Sesam):**

Saaten	100 g	Saaten anrösten und mit dem kochenden Wasser übergießen. Abkühlen lassen.
Wasser	75 g	
Gesamt:	175 g	

**Hauptteig:**

Weizen 812	300 g	46 %	22,5 %	Wenn der Teig ausgeknetet ist, Salz, Öl und Brühstück mit einkneten. Länglich formen oder, da der Teig klebrig ist, mit einem Spatel in eine 1-Kilo-Form füllen.
Roggen 1150	200 g	31 %	15,0 %	
Dinkel Vollkorn	150 g	23 %	11,3 %	
Schüttflüssigkeit	440 g	68 %	33,0 %	
Sauerteig	0 g		0,0 %	
Poolish	0 g		0,0 %	
Olivenöl	13 g	2,0 %	1,0 %	
Salz	13 g	2,0 %	1,0 %	
Reissirup	10 g	1,5 %	0,8 %	
Brühstück	175 g		13,1 %	
Hefe	1 g	0,2 %	0,1 %	
Roggenanstellgut	30 g	4,6 %	2,3 %	
Sonstiges	0 g		0,0 %	
Gesamtgewicht:	1.332 g		100,0 %	

**Bearbeitungshinweise:**

Kneten:	5 Min. Stufe Min. / 7 Minuten Stufe 1 (Kenwood). Der Teig löst sich bis zur Zugabe des Brühstücks komplett von der Schüssel, anschließend nur noch vom Rand.
Stockgare:	Keine Stockgare. Der Teig kommt direkt in die Kastenform.
Stückgare:	ca. 10 Stunden bei RT (über Nacht) in der 1-Kilo-Kastenform (Ich bei 24-25 Grad 6 Stunden). Der Teig sollten den Rand der Kastenform erreichen bzw. leicht überragen.
Backen:	250 Grad mit Schwaden, nach 10 Minuten auf 210 Grad. Insgesamt 50-55 Minuten.
Sonstige Hinweise:	

**Info:**

Tatsächliche TA	Gesamt Mehl	650
	Gesamt Flüssigkeit	528
		182