

Rezeptname: Roggenmischbrot im Kasten

Basisdaten:

Roggen 1150	450 g	82 %
Ur-Dinkel 630	100 g	18 %
Mehl gesamt	550 g	100 %
Schüttflüssigkeit	505 g	92 %
Olivenöl	11 g	2,0 %
Backmalz flüssig inaktiv	11 g	2,0 %
Salz	11 g	2,0 %
Saaten		



Sauerteig

Sauerteig 200 TA

Sauerteig Mehl	200 g	Roggen 1150	12 Stunden bei Raumtemperatur bis mindestens zur Verdoppelung.
Sauerteig Wasser	200 g		
Anteil Versäuerung	10 %		
ASG	20 g		
Gesamt:	420 g		

Brühstück (Sonnenblumen,Leinsamen)

Saaten	100 g	50 g Sonnenblumenkerne, 50 g Leinsamen.
Wasser	125 g	Saaten anrösten und mit dem kochenden Wasser übergießen
Gesamt:	225 g	

Hauptteig:

Roggen 1150	250 g	45 %	20,7 %	Alle Zutaten langsam verkneten. Kurz vor Ende der Knetzeit Brühstück unterkneten.
Ur-Dinkel 630	100 g	18 %	8,3 %	
Schüttflüssigkeit	180 g	33 %	14,9 %	
Sauerteig	420 g	76 %	34,8 %	
Olivenöl	11 g	2,0 %	0,9 %	
Salz	11 g	2,0 %	0,9 %	
Backmalz flüssig inaktiv	11 g	2,0 %	0,9 %	
Brühstück (Sonnenblum	225 g	41 %	18,6 %	
Gesamtgewicht:	1.208 g		100,0 %	

Bearbeitungshinweise:

Kneten:	12 Minuten Stufe Min (Kenwood).
Stockgare:	45 Minuten Kesselgare bei Raumtemperatur.
Stückgare:	Ca. 120 Minuten bei möglichst warmer RT. Ich hatte die Kastenform auf der warmen Fensterbank bei ca. 24 Grad stehen. Der Teig sollte knapp unterhalb des Randes sein.
Backen:	250 Grad mit Schwaden, nach 10 Minuten Schwaden ablassen und auf 210 Grad f. 45 Minuten weiterbacken. Insgesamt ca. 55 Minuten.
Sonstige Hinweise:	

Info:

Tatsächliche TA	Gesamt Mehl	550
	Gesamt Flüssigkeit	516
		194