

Rezeptname: Roggenmischbrot (Auffrischbrot) 1-Kilo Kastenform (H.J. Ammel)

**Basisdaten:**

|                   |       |       |
|-------------------|-------|-------|
| Roggen 1150       | 200 g | 44 %  |
| Weizen 550        | 100 g | 22 %  |
| Roggen VK         | 150 g | 33 %  |
| Mehl gesamt       | 450 g | 100 % |
| Schüttflüssigkeit | 420 g | 93 %  |
| Reissirup         | 10 g  | 2,2 % |
| Salz              | 15 g  | 3,3 % |
| Hefe              | 5 g   | 1,1 % |
| Evtl. noch Saaten |       |       |



**Brühstück (Sonnenblumen, Kürbis, Leinsamen, Sesam)**

|         |       |   |
|---------|-------|---|
| Saaten  | 100 g | Saaten anrösten und mit dem kochenden Wasser übergießen.  |
| Wasser  | 75 g  | 50 g Sonnenblumenkerne, 25 g Kürbiskerne, 25 g Leinsamen. |
| Gesamt: | 175 g |   |

**Hauptteig:**

|                       |         |         |         |  |
|-----------------------|---------|---------|---------|--|
| Roggen 1150           | 200 g   | 44 %    | 13,3 %  | Alle Zutaten 10 Minuten auskneten.<br>Zuletzt Brühstück einkneten. |
| Weizen 550            | 100 g   | 22 %    | 6,7 %   |  |
| Roggen VK             | 150 g   | 33 %    | 10,0 %  |  |
| Schüttflüssigkeit     | 345 g   | 77 %    | 23,0 %  |  |
| Salz                  | 15 g    | 3,3 %   | 1,0 %   |  |
| Reissirup             | 10 g    | 2,2 %   | 0,7 %   |  |
| Brühstück (Sonnenblun | 175 g   | 39 %    | 11,7 %  |  |
| Hefe                  | 5 g     | 1,1 %   | 0,3 %   |  |
| Reste Anstellgut      | 500 g   | 111,1 % | 33,3 %  |  |
| Gesamtgewicht:        | 1.500 g |         | 100,0 % |  |

**Bearbeitungshinweise:**

|                    |  |
|--------------------|--|
| Kneten:            | 10 Min. Stufe Min. (Kenwood). Zuletzt Brühstück einkneten.   |
| Stockgare:         | 45 Minuten Kesselruhe RT.  |
| Stückgare:         | Ca. 80 Minuten RT (stand auf der warme Fensterbank).   |
| Backen:            | 250 Grad mit Schwaden, nach 10 Minuten auf 210 Grad. 50 Minuten 210 Grad, 10 Minuten 210 Grad ohne Form. Insgesamt ca. 70 Minuten. |
| Sonstige Hinweise: |  |

**Info:**

|                 |                    |     |
|-----------------|--------------------|-----|
| Tatsächliche TA | Gesamt Mehl        | 450 |
|                 | Gesamt Flüssigkeit | 420 |
|                 |                    | 194 |