

Rezeptname: Weizen-Haferbrot

Basisdaten:

Manitobamehl	400 g	57 %
Weizen VK	200 g	29 %
Hafer-Vollkorn	100 g	14 %
Mehl gesamt	700 g	100 %
Schüttflüssigkeit	475 g	68 %
Olivenöl	14 g	2,0 %
Salz	14 g	2,0 %



Sauerteig










Sauerteig 200 TA

Sauerteig Mehl	175 g	Weizen VK	12 Stunden bei Raumtemperatur bis mindestens zur Verdoppelung.
Sauerteig Wasser	175 g		
Anteil Versäuerung	10 %		
ASG	18 g	Weizen-ASG	
Gesamt:	368 g		

Mehlkochstück

Kochstück Mehl	20 g	Hafer-Vollkorn	Mehl und Wasser zusammenrühren und unter rühren aufkochen bis eine puddingartige Konsistenz erreicht ist. Abkühlen lassen.
Kochstück Wasser	100 g		
Gesamt:	120 g		

Hauptteig:

Manitobamehl		400 g	57 %	32,8 %	Alle Zutaten - bis auf Salz und Öl - bis zu einem guten Fenstertest auskneten. Im letzten Drittel Salz und Öl unterkneten.
Weizen VK		25 g	4 %	2,0 %	
Hafer-Vollkorn		80 g	11 %	6,6 %	
Wasser		200 g	29 %	16,4 %	
Sauerteig		368 g	53 %	30,1 %	
Olivenöl		14 g	2,0 %	1,1 %	
Salz		14 g	2,0 %	1,1 %	
Mehlkochstück		120 g	17 %	9,8 %	
Gesamtgewicht:		1.221 g		100,0 %	

Bearbeitungshinweise:

Kneten:	4 Minuten Stufe MIN / 9-10 Minuten Stufe 1 (Kenwood)
Stockgare:	3 Stunden bei Raumtemperatur (22 Grad) bis zur deutlichen Zunahme. Am Anfang und 1x nach 30 Minuten dehnen und falten. Es sollten Gärblasen erkennbar sein.
Stückgare:	8 Stunden Kühlschrank bei 5 Grad.
Backen:	Backofen vorheizen auf 250 Grad. Mit Schwaden einschießen. Nach 10 Minuten Schwaden ablassen und auf 210 Grad schalten. Weitere 45 Minuten backen.
Sonstige Hinweise:	

Info:

Tatsächliche TA	Gesamt Mehl	700
	Gesamt Flüssigkeit	489
		170