

Rezeptname: Fuchsweizen-Haferbrot

Basisdaten:

Weizen 550	300 g	43 %
Weizen VK	300 g	43 %
Hafer-Vollkorn	100 g	14 %
Mehl gesamt	700 g	100 %
Schüttflüssigkeit	585 g	84 %
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 Buttermilch zusammenrühren und unter Rühren aufkochen bis eine puddingartige Konsistenz erreicht ist. Abkühlen lassen.
Buttermilch	100 g		
Gesamt:	120 g		

Brühstück (Haferkörner)

Haferkörner	100 g	Körner mit einer Prise Salz anrösten und mit dem kochenden Wasser übergießen. Abkühlen und quellen lassen.	
Wasser	100 g		
Gesamt:	200 g		

Hauptteig:

Weizen 550	300 g	43 %	21,0 %	Alle Zutaten - bis auf Salz, Öl und Brühstück - mit 200 g Wasser zusammenrühren und 30 Minuten zur Fermentolyse stehen lassen. Dann bis zu einem guten Fenstertest auskneten. Während des Knetens nochmal 10 g Wasser als Bassinage zugeben. Im letzten Drittel Salz, Öl und Brühstück unterkneten.
Weizen VK	125 g	18 %	8,7 %	
Hafer-Vollkorn	80 g	11 %	5,6 %	
Wasser	210 g	30 %	14,7 %	
Sauerteig	368 g	53 %	25,7 %	
Olivenöl	14 g	2,0 %	1,0 %	
Salz	14 g	2,0 %	1,0 %	
Mehlkochstück	120 g	17 %	8,4 %	
Brühstück (Haferkörner)	200 g	29 %	14,0 %	
Gesamtgewicht:	1.431 g		100,0 %	

Bearbeitungshinweise:

Kneten:	3 Minuten Stufe MIN / 6 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:	8-12 Stunden Kühlschrank bei 5 Grad. Ich hatte den Teigling 8 Stunden im Kühlschrank.
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:	Haferkörner für das Mehlkochstück und den Hauptteig vor dem Mahlen etwas anrösten.

Info:

Tatsächliche TA	Gesamt Mehl	700
	Gesamt Flüssigkeit	599
		186