

## Badisches Landbrot



Rustikales Weizenmischbrot mit mildem Roggensauerteig

---

Zubereitungszeit:  
Wartezeit:  
Backzeit: 50 min

---

### ZUTATEN

#### Für den Roggensauerteig

170 g Roggenmehl Type 1150  
170 g Wasser  
10 g ASG (Anstellgut)

#### Für das Polish

200 g Weizenmehl Type 550

200 g Wasser  
2 g frische Hefe

## Für den Hauptteig

350 g reifer Sauerteig  
402 g reifes Poolish  
600 g Weizenmehl Type 1600  
200 g Wasser  
20 g Salz  
8 g frische Hefe

## ZUBEREITUNG AM VORTAG

1. Für den Roggensauerteig das Anstellgut mit Roggenmehl und Wasser (bei mir handwarm) verrühren und abgedeckt an einem warmen Ort 15-18 Stunden reifen lassen.
2. Für das Poolish Mehl, Wasser (bei mir handwarm) und Hefe in eine Schüssel geben und verrühren. Ich habe den Vorteig ca. 1 Stunde bei Raumtemperatur anspringen lassen und anschließend in den Kühlschrank gestellt (ca. 18 Stunden).

## ZUBEREITUNG AM MORGEN DES BACKTAGES

1. Das Poolish ca. 30 Minuten vor Gebrauch aus dem Kühlschrank holen.
2. Alle Zutaten für den Hauptteig mit der Küchenmaschine auf Stufe 1 ca. 6 Minuten kneten, danach auf der nächsten Stufe 4-5 weiterkneten, bis der Teig beginnt sich vom Schüsselrand zu lösen.
3. Den Teig mit einem Geschirrtuch abdecken und ca. 40 Minuten in der Schüssel ruhen lassen.
4. Anschließend den Teig in zwei gleichgroße Stücke teilen. Jeder Teigling wird von allen Seiten in die Mitte gefaltet und in eine je nach Form der Gärkorbchen rund oder oval geformt. Mit der Naht (Teigschluss) nach unten

werden die Laibe in bemehlte Gärkörbchen gelegt. Abgedeckt für ca. 7 Stunden im Kühlschrank ruhen lassen.

## FERTIGSTELLUNG

1. Den Backofen auf 250°C Ober-/Unterhitze frühzeitig vorheizen.
2. Die Laibe ca. 30 Minuten vor dem Backen aus dem Kühlschrank holen und auf ein Backblech geben.
3. Backzeit: 10 Minuten bei 250°C mit Dampf (Eiswürfel oder kaltes Wasser in einer feuerfesten Schale unten in den Backofen stellen), anschließend die Temperatur auf 210°C herunterschalten und ca. 40 Minuten weiterbacken. Nach ca. 25 Minuten Backzeit die Ofentür einmal ganz öffnen und wieder schließen, um den Dampf abzulassen.