

Die "Hefeführung" oder den Sauerteig auf Trab bringen

- Dienstag, Oktober 27, 2009

<https://ketex.de/blog/allgemein/die-hefefuehrung-oder-den-sauerteig-auf-trab-bringen/>

Viele Hobbybäcker haben das Problem, dass ihr Sauerteig nicht die volle Triebkraft entwickelt, wenn sie nur einmal in der Woche oder sogar in noch größeren Zeitabständen Brot backen. Auch bei der Reaktivierung von verkrümeltem oder getrocknetem Sauerteig ist die Triebkraft einfach nur noch schwach ausgebildet. Hier hilft nur noch eine Hefeführung!

Man nimmt einen Esslöffel von dem ASG (Rest vom letzten Backen, der bei den meisten Hobbybäcker in einem Schraubglas im Kühlschrank lagert), gibt 50 g Mehl und 50 g Wasser dazu und lässt das Ganze bei Raumtemperatur (besser wären 26°) für 5-6 Std. stehen.

Danach nimmt man davon wieder einen Esslöffel ab, mischt es wieder mit 50 g Mehl und 50 g Wasser und lässt es erneut 5-6 Std. bei Raumtemperatur stehen. Den Rest von der ersten Mischung entsorgt man. Wenn man das dreimal hintereinander gemacht hat, sollte man eine 1- oder 3-Stufenführung anschließen lassen.

Jetzt hat der Sauerteig bestimmt wieder seine volle Triebkraft erreicht.

Nicht vergessen: vom Sauerteig wieder etwas ASG (ca. 50-100 g) fürs nächste Backen abnehmen und in den Kühlschrank stellen.

-