

# Weizenmischbrot 70/30 mit Sauerteig und Vorteig

- Samstag, Oktober 31, 2009

<https://ketex.de/blog/weizenmischbrot-7030-mit-sauerteig-und-vorteig/>

*Da wir Freunde von eher kräftigem Brot sind, habe ich bisher eigentlich fast ausschließlich Roggenmischbrote gebacken. Die Weizenmischbrote hatte ich aus diesem Grund etwas vernachlässigt.*

*Jetzt war es Zeit, auch mal so ein Brot zu backen, und ich muss sagen, es schmeckt hervorragend. Viel Spaß beim Nachbacken.*

## 1. Sauerteig

- 100 g [Roggenmehl 1150](#)
- 100 g Wasser
- 10 g [Roggen-ASG](#)

Alles gut vermischen und für 18 Std. bei Raumtemperatur reifen lassen.

## 2. Vorteig

- 200 g [Weizenmehl 812](#) (kann durch eine Mischung von 95 g [Weizenmehl 550](#) und 105 g [Weizenmehl 1050](#) ersetzt werden)
- 200 g Wasser
- 2 g Frischhefe

Auch hier alles gut vermischen. 2 Std. bei Raumtemperatur anspringen lassen und dann für 16 Std. in den Kühlschrank (5°) stellen.

## 3. Hauptteig

- Sauerteig
- Vorteig
- 100 g [Roggenmehl 1150](#)
- 267 g [Weizenmehl 1050](#)
- 165 g Wasser
- 13 g Salz
- 8 g Frischhefe

[Zubereitung](#)

Zubereitung

## 4. Zubereitung

Alles zusammen in der [Küchenmaschine](#) 15 Minuten kneten. Danach 20 Minuten Teigruhe einhalten. Jetzt den Teig falten nach der [stretch&fold-Methode](#). Danach wieder 30 Minuten Teigruhe, anschließend wieder falten und erneut 30 Minuten Teigruhe.

Jetzt rund und anschließend lang wirken und in einen [ovalen Gärkorb](#) legen. Eine Gare von ca. 60 Minuten schließt sich an. In der Zwischenzeit den Backofen auf 250° vorheizen. Den Teigling einschießen und 15 Minuten bei dieser Temperatur anbacken. Herunterschalten auf 200° und in 40 Minuten ausbacken. Beim Einschießen kräftig schwaden und nach 15 Minuten den Dampf ablassen.

## Weizenmischbrot 70/30 mit Sauerteig und Vorteig

*Da wir Freunde von eher kräftigem Brot sind, habe ich bisher eigentlich fast ausschließlich Roggenmischbrote gebacken. Die Weizenmischbrote hatte ich aus diesem Grund etwas vernachlässigt.*

*Jetzt war es Zeit, auch mal so ein Brot zu backen, und ich muss sagen, es schmeckt hervorragend. Viel Spaß beim Nachbacken.*

- Küchenmaschine
- (ovales) Gärkörbchen

### 1. Sauerteig

- 100 g Roggenmehl 1150
- 100 g Wasser
- 10 g Roggen-ASG

### 2. Vorteig

- 200 g Weizenmehl 812 ((kann durch eine Mischung von 95 g Weizenmehl 550 und 105 g Weizenmehl 1050 ersetzt werden))
- 200 g Wasser
- 2 g Frischhefe

### 3. Hauptteig

- Sauerteig
- Vorteig
- 100 g Roggenmehl 1150
- 267 g Weizenmehl 1050

- 165 g Wasser
- 13 g Salz
- 8 g Frischhefe

### 1. Sauerteig

1. Alles gut vermischen und für 18 Std. bei Raumtemperatur reifen lassen.

### 2. Vorteig

1. Auch hier alles gut vermischen. 2 Std. bei Raumtemperatur anspringen lassen und dann für 16 Std. in den Kühlschrank (5°C) stellen.

### 3. Hauptteig

1. Alles zusammen in der Küchenmaschine 15 Minuten kneten.
2. Danach 20 Minuten Teigruhe einhalten.
3. Jetzt den Teig falten nach der stretch&fold-Methode.
4. Danach wieder 30 Minuten Teigruhe, anschließend wieder falten und erneut 30 Minuten Teigruhe.
5. Jetzt rund und anschließend lang wirken und in einen ovalen Gärkorb legen. Eine Gare von ca. 60 Minuten schließt sich an. In der Zwischenzeit den Backofen auf 250° vorheizen.
6. Den Teigling einschießen und 15 Minuten bei dieser Temperatur anbacken.
7. Herunterschalten auf 200° und in 40 Minuten ausbacken. Beim Einschießen kräftig schwaden und nach 15 Minuten den Dampf ablassen.

Brot

Deutsch

Anstellgut, Hefe, Roggenmehl, Sauerteig, Vorteig, Weizenmehl

