

Weizensauerteigbrot

- Freitag, Juli 03, 2020

<https://ketex.de/blog/weizensauerteigbrot/>

Zurück

Weiter

Von Dr. Christoph Schaub (www.heimbaecker.de) stammt dieses Rezept. Christoph veranstaltet in seiner Backstube in Köln (regelmäßig ausgebuchte) Backkurse. Dabei bewirbt er seine Kursteilnehmer auch liebevoll mit Suppen und Salaten. Am ersten Kursabend hat er uns zur Suppe ein Weizensauerteigbrot angeboten, das unglaublich gut geschmeckt hat. Ich habe ihn gebeten, das Rezept mit uns zu teilen...

1. Sauerteig (Stufe 1)

- 10 g [Weizen-Anstellgut](#)
- 50 g [Weizenvollkornmehl](#)
- 50 g Wasser (ca. 35 °C)

Alles gut vermischen und dann ca. 10 h bei Raumtemperatur gehen lassen, das Volumen sollte sich deutlich vergrößern und der Sauerteig am Ende von feinen Bläschen durchzogen sein.

2. Sauerteig (Stufe 2)

- 80 g Sauerteig (Stufe 1)
(der Rest kann zurück in den Kühlschrank zum ASG gegeben werden)
- 80 g [Weizenvollkornmehl](#)
- 80 g Wasser (ca. 32 °C)

Alles gut mischen und 3-5 h bei Raumtemperatur gehen lassen. Das Volumen sollte sich dabei mindestens verdoppeln.

Wichtig ist es, den Sauerteig zu verwenden, bevor er anfängt zusammenzufallen.

3. Hauptteig

- 800 g [T65](#) oder [Weizenmehl 550](#)
- 200 g [Weizenvollkornmehl](#)
- 10 g [inaktives Malz](#)
- 650 g Wasser (ca. 32 °C)
- 240 g Sauerteig (Stufe 2)
- 22 g Salz

- 150-175 g Wasser (ca. 32 °C)

[Zubereitung](#)

Zubereitung

4. Zubereitung

Mehl, 650 g Wasser und Malz gut mischen und 30 min abgedeckt zur 1. Autolyse stehen lassen.

Dann erst den reifen Sauerteig (Stufe 2) hinzufügen, untermischen und weitere 30 min abgedeckt zur 2. Autolyse stehen lassen.

Als nächsten Schritt das Salz hinzufügen und 3 min langsam und 8-10 min auf schneller Stufe kneten, bis sich eine gute Glutenentwicklung zeigt (Fensterstest).

Zuletzt schrittweise weitere 150-175 ml Wasser unterkneten. (Je nach Erfahrung mit weichen Teigen und der Mehlqualität diese Menge zunächst eher reduzieren). Die Teigtemperatur sollte recht warme 27-28 °C betragen, am besten schon vor der Wasserzugabe messen und dann die Wassertemperatur entsprechend anpassen.

Stockgare: 2-3 h an einem warmen Ort (ca. 28 °C) in einer geölten Teigwanne. Den recht weichen Teig dabei nach 20/40/60 min jeweils dehnen und falten ([Stretch&Fold](#)). Das Volumen sollte sich in dieser Zeit verdoppeln. Sollte dies nach 3 h nicht der Fall sein, muss man die Stockgare verlängern.

Aufarbeiten: Den Teig auf die bemehlte Arbeitsplatte stürzen, in zwei Teile aufteilen und diese vorsichtig von allen Seiten einfalten. Dann umdrehen und den Teigling 30 min abgedeckt auf der Arbeitsfläche entspannen lassen. Dann den Teigling wenden von rechts nach links einfalten und dann den rechteckigen Teigling von oben nach unten einfallen, so das ein kompaktes Paket entsteht (die Technik kann man sich z.B. hier als [Video](#) von Trevor Wilson anschauen).

Stückgare: Der Teigling wird mit dem Schluss nach oben in das bemehlte Gärkorbchen gelegt, Dann läßt man ihn abgedeckt 2-3 h bei Raumtemperatur gehen bzw. 1 h bei Raumtemperatur und dann über Nacht im Kühlschrank (abgedecktes Gärkorbchen in Folie packen).

Backen: In den gut vorgeheizten Ofen (250 °C) mit kräftigem Schwaden einschließen. Nach 15 min auf 220 °C reduzieren und 35-40 min fertig backen. In den letztem 3-5 min den Ofen einen Spalt öffnen, um eine krosse Kruste zu erhalten.

Das Weizensauerteigbrot hält tagelang frisch und ist mich eine wahre Delikatesse.
