

## Unser täglich Brot

- Montag, April 05, 2010

<https://ketex.de/blog/unser-taglich-brot/>

Hier eine Fotoserie, wie ich unser tägliches Brot backe.  
Es ist ein 80/20 Roggenmischbrot mit TA 168.

### Sauerteig

- 209 g [Roggenmehl 1370](#)
- 209 g Wasser
- 21 g [Roggen-ASG](#)

Alles gut verrühren und 16 Std. bei 26° in der Gärbox reifen lassen.

### Vorteig

- 101 g [Weizenmehl 1050](#)
- 101 g Wasser
- 1 g Frischhefe

Auch alles gut verrühren und bei Raumtemperatur 16 Std. reifen lassen.

### Hauptteig (1 Brot à 750 Gramm)

- Sauerteig
- Vorteig
- 202 g [Roggenmehl 1370](#)
- 27 g Wasser
- 10 g Salz
- 6 g [Roggenmalz](#)
- 8 g Frischhefe
- 5 g (= 1 TL) [flüssiges Backmalz](#)

Anbackzeit bei 260° 15 Minuten, danach den Ofen herunterschalten auf 180° und 25 Minuten weiter backen. Ich backe unser tägliches Brot dann noch 10 Minuten mit offener Ofentür. Das ergibt eine schöne Rösche.