

# Spitzkornlinge

- Mittwoch, Oktober 20, 2010

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

Zurück

Weiter

*Nach Toastbrot und Franzbrötchen jetzt wieder ein richtig rustikales und kerniges Rezept. Die Spitzkornlinge sind sowas von lecker, kann ich nur sagen. Mit Salat, Tomate, Salami und Ei belegt ein Gedicht. Einfach nachbacken. Viel Spaß dabei!*

## 1. Sauerteig

- 120 g [Roggenschrot mittel](#)
- 120 g Wasser
- 12 g [Roggen-ASG](#)

Alles gut verrühren und bei Raumtemperatur 15-18 Stunden reifen lassen.

## 2. Vorteig

- 100 g [Weizenmehl 550](#)
- 100 g Wasser
- 1 g Frischhefe

Auch alles gut verrühren und 2 Stunden anspringen lassen. Dann für 14 Stunden in den Kühlschrank stellen.

## 3. Brühstück

- 110 g [Weizenschrot](#)
- 40 g [Sonnenblumenkerne](#) (geröstet und grob gemahlen)
- 40 g Kürbiskerne (geröstet und grob gemahlen)
- 40 g Leinsamen
- 230 g kochendes Wasser

Den Schrot und die Kerne mit dem kochenden Wasser übergießen und 16 Stunden quellen lassen. Nach (für mich) neuesten Erkenntnissen sollte man zum Brüh- oder Quellstück immer etwas Salz geben. Es soll die Enzymtätigkeit hemmen. Man kann auch die Gesamtsalzmenge zugeben.

## 4. Hauptteig

- Sauerteig
- Vorteig
- Brühstück
- 220 g [Weizenmehl 550](#)
- 120 g [Roggenmehl 1150](#)
- 140 g Wasser
- 7,5 g Frischhefe
- 18 g Salz
- 7,5 g [Roggenmalz](#)
- 5 g (= 1 TL) [flüssiges Backmalz](#)
- grobes Salz und Kümmel zum Bestreuen.

### [Zubereitung](#)

Zubereitung

## 5. Zubereitung

Alle Zutaten in der [Küchenmaschine](#) 15 Minuten langsam kneten. Danach eine Teigruhe von mindestens 30 Minuten einhalten.

Anschließend 14 Stücke à ca. 100 g abwiegen und wie Brötchen rundschleifen.

Danach mit einem [Rollholz](#) die Teiglinge leicht oval ausrollen und von der Längsseite zusammen rollen. In Roggenmehl wälzen und ca. 1-1,5 Stunden zur Gare stellen.

Vor dem Einschießen 2-mal mit dem [Bäckermesser](#) oder einer Rasierklinge einschneiden und mit grobem Salz und Kümmel (je nach Gusto) bestreuen.

Backen bei 230° ca. 20 Minuten. Schwaden nicht vergessen.

---

-