

Alter Fritz - Kartoffelbrot mit Monheimer Salzsauerteig

- Sonntag, November 06, 2011

<https://ketex.de/blog/alter-fritz-kartoffelbrot-mit-mohnheimer-salzsauerteig/>

Friederich II., genannt der "alte Fritz", soll die Kartoffel nach Preußen eingeführt haben. Ihm zu Ehren habe ich mein neuestes Rezept "Alter Fritz" genannt. Es wird mit dem Monheimer Salzsauerteig hergestellt, kann aber auch leicht mit einem Einstufensauer gemacht werden. Das Außergewöhnliche am Rezept sind die geriebenen rohen Kartoffeln. Sie bewirken eine lange Frischhaltung und geben dem Brot den typischen Geschmack. Es ist ein relativ leicht nachzubackendes Rezept, und ich wünsche viel Spaß beim Nachbacken.

1. Monheimer Salzsauerteig

- 90 g [Roggenmehl 1150](#)
- 90 g Wasser
- 2 g Salz
- 18 g [Roggen-Anstellgut](#)

Alles klümpchenfrei verrühren und über 15-20 Stunden mit fallenden Temperaturen von 35° zu Beginn bis 22° zum Schluß reifen lassen.

2. Hauptteig

(1 kg-Brot)

- Monheimer Salzsauerteig
- 30 g [Roggenmehl 1150](#)
- 480 g [Weizenmehl 550](#) oder 812
- 300 g Kartoffeln roh (geschält und dann feingerieben oder durch einen Wolf gedreht)
- 18 g Hefe
- 13 g Salz
- 105 g Wasser (die benötigte Wassermenge kann stark variieren abhängig von der Wasseraufnahmefähigkeit des Mehles und dem Wassergehalt der Kartoffeln)
- 5 g (= 1 TL) [flüssiges Backmalz](#)

[Zubereitung](#)

Zubereitung

3. Zubereitung

Alle Zutaten in der [Küchenmaschine](#) 6-10 Minuten kneten. Der Teig sollte sich von der Schüssel lösen. Danach eine Teigruhe von 30 Minuten einhalten. Jetzt den Teig rundwirken, in leicht bemehlte

[Gärkörbchen](#) geben und zur Gare stellen. Bei einer Temperatur von 30-35° dauert die Gare 40-50 Minuten. Nach Erreichen der 3/4-Gare (35 Minuten) den Teigling auf ein Backblech oder auf das [Super Peel](#) stürzen und einschneiden. Bei voller Gare einschließen, mit 250° 15 Minuten anbacken und dann fallend auf 200° noch weitere 45 Minuten fertig backen. Beim Einschließen das Schwaden nicht vergessen und nach 15 Minuten den Dampf wieder ablassen.

-