

Roggenvollkornbrot im Holzbackrahmen gebacken

- Samstag, August 16, 2014

<https://ketex.de/blog/roggenvollkornbrot-im-holzbackrahmen-gebacken/>

Zurück

Weiter

So langsam verabschiedet sich der Sommer, und die Lust auf kernigere Brote steigt gleichzeitig wieder an. Hier nun ein reines Roggenvollkornbrot, das sicher auch für Anfänger geeignet ist. Man kann es im Holzbackrahmen oder aber auch in einer Metall-Kastenform backen. Ich habe das Rezept bei Dietmar Kappl entdeckt und für ein 1 kg-Brot umgerechnet.

1. Sauerteig

- 240 g [Roggenvollkornmehl](#)
- 240 g Wasser
- 24 g [Roggenanstellgut](#)

Alles gut vermischen und 16 Stunden bei Raumtemperatur (besser wären 26°) reifen lassen.

2. Hauptteig

1 kg-Brot

- Sauerteig
- 395 g [Roggenvollkornmehl](#)
- 240 g Wasser
- 12 g Salz
- 6 g Frischhefe

[Zubereitung](#)

Zubereitung

3. Zubereitung

Alles Zutaten ohne die Hefe 20 Minuten in der [Küchenmaschine](#) auf langsamster Stufe kneten lassen. 2 Minuten vor Ende die Hefe zugeben und untermischen.

Jetzt erfolgt eine Teigruhe im Kessel von 30 Minuten. Man gibt damit dem Mehl Zeit, Wasser aufzunehmen.

Anschließend wird der Teig noch einmal für 10 Minuten geknetet. Er sollte dann ein Teigtemperatur von ca. 30° haben. Wem der Teig zu fest ist, der kann noch einen Schluck Wasser zugeben. Es folgt noch mal eine Ruhezeit von 20 Minuten.

Den [Holzbackrahmen](#) in der Zwischenzeit gut mit Trennspray oder Butter fetten und auf ein Backblech setzen. Den Teig erst rund wirken und dann lang stoßen und in den Backrahmen setzen. Gut mit [Roggenmehl 1150](#) bestäuben und zur Gare stellen. Die Gare hat bei mir 75 Minuten gedauert. Es sollten sich schöne Gärrisse auf dem Brot zeigen.

Danach das Brot in den auf 250° vorgeheizten Backofen schieben und schwaden. Nach 15 Minuten Anbacken den Schwaden wieder abziehen lassen und das Brot weitere 45 Minuten bei 180° im Rahmen backen. Danach den Rahmen entfernen und das Brot nochmals weitere 15 Minuten backen. Wer eine sehr schön knusprige Kruste haben möchte, der backt die letzte Zeit einfach mit Umluft.

Roggenvollkornbrot im Holzbackrahmen gebacken

So langsam verabschiedet sich der Sommer, und die Lust auf kernigere Brote steigt gleichzeitig wieder an. Hier nun ein reines Roggenvollkornbrot, das sicher auch für Anfänger geeignet ist. Man kann es im Holzbackrahmen oder aber auch in einer Metall-Kastenform backen. Ich habe das Rezept bei Dietmar Kappl entdeckt und für ein 1 kg-Brot umgerechnet.

- Küchenmaschine
- Holzbackrahmen
- Roggenmehl 1150 zum Bestäuben

1. Sauerteig

- 240 g Roggenvollkornmehl
- 240 g Wasser
- 24 g Roggenanstellgut

2. Hauptteig (für 1kg Brot)

- Sauerteig
- 395 g Roggenvollkornmehl
- 240 g Wasser
- 12 g Salz
- 6 g Frischhefe

1. Sauerteig

1. Alles gut vermischen und 16 Stunden bei Raumtemperatur (besser wären 26°) reifen lassen.

2. Hauptteig

1. Alles Zutaten ohne die Hefe 20 Minuten in der Küchenmaschine auf langsamster Stufe kneten lassen. 2 Minuten vor Ende die Hefe zugeben und untermischen.
2. Jetzt erfolgt eine Teigruhe im Kessel von 30 Minuten. Man gibt damit dem Mehl Zeit, Wasser aufzunehmen.
3. Anschließend wird der Teig noch einmal für 10 Minuten geknetet. Er sollte dann ein Teigtemperatur von ca. 30° haben. Wenn der Teig zu fest ist, der kann noch einen Schluck Wasser zugeben. Es folgt noch mal eine Ruhezeit von 20 Minuten.
4. Den Holzbackrahmen in der Zwischenzeit gut mit Trennspray oder Butter fetten und auf ein Backblech setzen. Den Teig erst rund wirken und dann lang stoßen und in den Backrahmen setzen. Gut mit Roggenmehl 1150 bestäuben und zur Gare stellen. Die Gare hat bei mir 75 Minuten gedauert. Es sollten sich schöne Gärrisse auf dem Brot zeigen.
5. Danach das Brot in den auf 250° vorgeheizten Backofen schieben und schwaden. Nach 15 Minuten Anbacken den Schwaden wieder abziehen lassen und das Brot weitere 45 Minuten bei 180° im Rahmen backen. Danach den Rahmen entfernen und das Brot nochmals weitere 15 Minuten backen. Wer eine sehr schön knusprige Kruste haben möchte, der backt die letzte Zeit einfach mit Umluft.

Brot

Deutsch

Anstellgut, Hefe, Roggenvollkornmehl, Sauerteig

-