

# Wegscheider Laiberl

- Freitag, Oktober 03, 2014

<https://ketex.de/blog/wegscheider-laiberl/>

*Jetzt im Herbst ist bei uns immer ein kleiner Berg-Wanderurlaub angesagt. Man hat meistens ein schönes ruhiges Herbstwetter ohne viel Regen und auf den Bergen eine wunderbare Fernsicht. Um Proviant für die Wanderung zu haben, haben wir in dem kleinen Ort Wegscheid den Bäcker Willibald gefunden. Er backt herrliche, nach Koriander und Kümmel duftende Laiberl. Dazu passt eine trockene Kaminwurz (getrocknetes Mettwürstchen) hervorragend. Ich habe jetzt in diesem Rezept versucht, diese Laiberl nachzubacken. Sie kommen dem Original schon ziemlich nahe.*

## 1. Sauerteig

- 120 g [Roggenmehl 1150](#)
- 96 g Wasser
- 12 g [Roggenanstellgut](#)

Alles gut verrühren und 16-18 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

## 2. Vorteig

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

Alles klümpchenfrei verrühren und die Hefe 2 Stunden anspringen lassen. Es sollten sich kleine Bläschen oben auf dem Teig zeigen. Danach den Teig für 10-12 Stunden in den Kühlschrank stellen.

## 3. Hauptteig

- Sauerteig
- Vorteig
- 220 g [Weizenmehl 1050](#)
- 120 g [Roggenmehl 1150](#)
- 164 g Wasser
- 6 g Frischhefe
- 8 g [Roggenmalz](#)
- 12 g Salz
- Kümmel ganz (Menge nach Gusto)
- Koriandersamen (Menge nach Gusto)

Zubereitung

Zubereitung

## 4. Zubereitung

Alle Zutaten in der [Küchenmaschine](#) 7 Minuten kneten. Danach eine Teigruhe von 20 Minuten einlegen. Mit dem [Teigabstecher](#) 4 Teile à ca. 250 g abstechen und rundwirken. Mit dem Schluss erst in Mehl wälzen und dann in [Leinentücher](#) zur Gare legen. Nach 45 Minuten die Laibchen umdrehen und auf ein Backblech setzen. Den Ofen in der Zwischenzeit auf 250° aufheizen. Das Blech einschieben und etwas schwaden. Nach 10 Minuten den Dampf abziehen lassen und die Laibchen noch ca. 20 Minuten bei 180° fertig backen.

---

-