

Pollerbrot (Teil I)

- Samstag, April 11, 2015

<https://ketex.de/blog/pollerbrot-teil-i/>

Durch die Anfrage eines Lesers nach Dosenbrotformen kam mir die Idee, bei meinem Lieferanten nachzufragen. Leider gibt es die Formen nur als 5er-Verband und in einer Länge von 58 cm. Diese Größe passt aber in keinen Haushaltssofen. Ich bat nun den Lieferanten, mir ein Angebot für einen 3er-Verband exklusiv für uns zu erstellen.

Gesagt, getan! und nun sind die neuen Formen bei mir am Lager. Passend dafür habe ich jetzt ein Rezept für ein Roggenvollkornbrot mit Sonnenblumenkernen entwickelt. Es ergibt 3 kleine Brote à ca. 500 g.

Jetzt können sich viele Ehefrauen immer ein kleines Körnerbrot backen, und die Herren der Schöpfung genießen weiterhin ihr Typenmehlbrot.

Viel Spaß beim Nachbacken.

```
/* Style Definitions */
table.MsoNormalTable
{mso-style-name:"Normale Tabelle";
mso-tstyle-rowband-size:0;
mso-tstyle-colband-size:0;
mso-style-noshow:yes;
mso-style-priority:99;
mso-style-parent:"";
mso-padding-alt:0cm 5.4pt 0cm 5.4pt;
mso-para-margin:0cm;
mso-para-margin-bottom:.0001pt;
mso-pagination:widow-orphan;
font-size:10.0pt;
font-family:"Times New Roman",serif;
mso-fareast-language:EN-US;}
```

1. Sauerteig

- 275 g [Roggenvollkornmehl](#)
- 275 g Wasser
- 27 g [Roggenanstellgut](#)

Alles gut verrühren und 16 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

2. Brühstück

- 63 g Sonnenblumenkerne

- 63 g Roggenflocken
- 63 g [Roggenschrot mittel](#)
- 9 g Salz
- 189 g heißes Wasser

Das Wasser über die Zutaten geben und umrühren und auch 16 Stunden bei Raumtemperatur abgedeckt stehen lassen.

3. Quellstück

- 262 g [Roggenvollkornmehl](#)
- 105 g [Weizenvollkornmehl](#)
- 9 g Salz
- 193 g Wasser

Auch hier die Zutaten mit dem Wasser übergießen und 16 Stunden abgedeckt stehen lassen.

4. Hauptteig

- Sauerteig
- Brühstück
- Quellstück
- 13 g Hefe
- 24 g (= 1 EL) Zuckerrübensirup
- Je nach Gusto Sonnenblumenkerne, Roggenflocken oder Mehl zum Dekorieren

Zubereitung

Zubereitung

5. Zubereitung

Am Backtag alle Zutaten in die Schüssel der [Küchenmaschine](#) geben und 7 Minuten langsam kneten. Danach folgt eine Teigruhe von 30 Minuten. Der Teig bleibt dabei im Kessel.

Jetzt den Teig in 3 gleich große Stücke à ca. 520 g teilen und rundwirken. 10 Minuten ruhen lassen. Die [Pollerbrotform](#) in der Zwischenzeit mit Butter oder Trennspray ausfetten. Die rundgewirkten Stücke zusammenstoßen, länglich rollen und in die Dosen geben. Etwas andrücken und je nach Dekoration mit Wasser abpinseln und mit Sonnenblumenkernen oder Roggenflocken bestreuen. Die Form dann zur Gare stellen. Bei 32° in der [Gärbox](#) hat die Gare bei mir 75 Minuten gedauert. Bei Raumtemperatur schätze ich 90-120 Minuten. Den Ofen auf 260° aufheizen und die Form mit Schwaden in den Ofen geben. Nach 10 Minuten den Dampf ablassen und die Temperatur auf 190° zurückschalten. Dann die Brote in 30 Minuten fertig backen. Etwas abkühlen lassen. Dann kann man die kleinen Brote hervorragend aus der Form schütteln.

-