

# Roggenmischbrot mit Sauerteig und Vorteig (60/40)

- Montag, August 10, 2009

<https://ketex.de/blog/roggenmischbrot-mit-sauerteig-und-vorteig-6040/>

*Nachdem ich mit meinen letzten Rezepten einen Ausflug ins benachbarte Ausland gemacht habe, hier nun wieder ein gestandenes Rezept aus Deutschland. Der zusätzliche Vorteig verbessert die Teigeigenschaften, die Schnittfähigkeit der Krume, das Aroma und die Frischhaltung. Man kann dieses Rezept - je nach Gusto - sehr gut mit Sonnenblumenkernen, Nüssen (z. B. Walnüssen) und noch so allerlei andern Kernen und Saaten verfeinern. Für die süddeutsche Fraktion ist sicher auch etwas Brotgewürz eine leckere Zutat.*

*Es ist sehr leicht nachzubacken und auch für Einsteiger und Anfänger sehr gut geeignet.*

Am Abend vor dem Backen den Sauerteig und den Vorteig ansetzen.

## 1. Sauerteig

- 205 g [Roggenmehl 1150](#)
- 205 g Wasser
- 20 g [Roggen-ASG](#)

Alles vermischen und bei Zimmertemperatur (besser wären 26°) 16 Std. reifen lassen.

## 2. Vorteig

- 265 g [Weizenmehl 1050](#)
- 250 g Wasser
- 3 g Hefe

Alles vermischen und bei Zimmertemperatur 16 Std. gehen lassen.

## 3. Hauptteig

- Sauerteig
- Vorteig
- 200 g [Roggenmehl 1150](#)
- 7 g Hefe (wer mag)
- 15 g Salz

[Zubereitung](#)

Zubereitung

## 4. Zubereitung

Alles zusammenrühren und 6 Minuten in der [Küchenmaschine](#) kneten. 30 Minuten Teigruhe. Danach wirken und in ein bemehltes [Gärkörbchen](#) legen.

Gare mit Hefe ca. 60 Minuten bei 30-32° in der [Gärbox](#), Gare ohne Hefe ca. 90-240 Minuten je nach Triebkraft des Sauerteigs und Temperatur.

Bei 250° 15 Minuten anbacken, bis die gewünschte Bräune erreicht ist, und dann fallend auf 180° weitere 45 Minuten fertig backen. Schwaden nicht vergessen.

## Roggenmischbrot mit Sauerteig und Vorteig (60/40)

*Nachdem ich mit meinen letzten Rezepten einen Ausflug ins benachbarte Ausland gemacht habe, hier nun wieder ein gestandenes Rezept aus Deutschland. Der zusätzliche Vorteig verbessert die Teigeigenschaften, die Schnittfähigkeit der Krume, das Aroma und die Frischhaltung. Man kann dieses Rezept - je nach Gusto - sehr gut mit Sonnenblumenkernen, Nüssen (z. B. Walnüssen) und noch so allerlei andern Kernen und Saaten verfeinern. Für die süddeutsche Fraktion ist sicher auch etwas Brotgewürz eine leckere Zutat.*

*Es ist sehr leicht nachzubacken und auch für Einsteiger und Anfänger sehr gut geeignet.*

- Gärkörbchen
- Gärbox
  
- Am Abend vor dem Backen den Sauerteig und den Vorteig ansetzen.

### 1. Sauerteig

- 205 g Roggenmehl 1150
- 205 g Wasser
- 20 g Roggen-ASG

### 2. Vorteig

- 265 g Weizenmehl 1050
- 250 g Wasser

- 3 g Hefe

### 3. Hauptteig

- Sauerteig
- Vorteig
- 200 g Roggenmehl 1150
- 7 g Hefe ((wer mag))
- 15 g Salz

### 1. Sauerteig

1. Alles vermischen und bei Zimmertemperatur (besser wären 26°) 16 Std. reifen lassen.

### 2. Vorteig

1. Alles vermischen und bei Zimmertemperatur 16 Std. gehen lassen.

### 3. Hauptteig

1. Alles zusammenrühren und 6 Minuten in der Küchenmaschine kneten. 30 Minuten Teigruhe. Danach wirken und in ein bemehltes Gärkörbchen legen.

### 4. Gare

1. Gare mit Hefe ca. 60 Minuten bei 30-32° in der Gärbox, Gare ohne Hefe ca. 90-240 Minuten je nach Triebkraft des Sauerteigs und Temperatur.

### 5. Backen

1. Bei 250° 15 Minuten anbacken, bis die gewünschte Bräune erreicht ist, und dann fallend auf 180° weitere 45 Minuten fertig backen. Schwaden nicht vergessen.

Brot

Deutsch

Anstellgut, Roggenmehl, Sauerteig, Vorteig, Weizenmehl

---

-