

Rezeptvorschlag von backstars.de für:

# Bauernbrot - mit T80 Steinmühlmehl

## Zutaten:

- 1kg T80 Steinmühlmehl
- 100g getrockneten Weizen-/ oder Roggensauerteig (mit Roggensauerteig wird's kräftiger)
- 750-800g Wasser
- 24g Salz
- 7-10g Hefe

zuerst 10 Minuten langsam, dann 3-5 Minuten schnell kneten.  
Nun den Teig für 30 Minuten ruhen lassen, dehnen und falten. Danach 24 Stunden bei 4-8°C in einer zugedeckten Wanne weiter ruhen lassen.

Nach der Ruhezeit 3-4 Brote abstechen, rund formen und in einem Gärkorb, oder Schüssel für 30-70 Minuten gehen lassen

Bei ca. 220-240°C für 5 Minuten backen, dann auf 200°C zurückschalten und weitere 35-50 Minuten backen - je nach Herdtyp und dem Wunsch wie braun Sie diese wünschen.

*Alternativ kann auch auch auf 180°C zurückgeschaltet, und die Backzeit verlängert werden -> noch schönere, dickere Kruste.*

*Auch hier gilt wieder, Hefemengen reduzieren, Teigruhe verlängern - alles kein Problem ☺*

Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf und lassen Sie sich beim Backen nicht ALLES!!! vorschreiben. ☺

Ihr  
Andreas Zöllner  
Bäckermeister und Lebensmitteltechniker von backstars.de