

Vierkornbrot

Weizenmischbrot 70/30 mit Hirse- und Haferflocken. Sauerteig und Brühstück am Vortag, am Backtag eine kurze, klar getaktete Führung — kräftig im Aroma, saftig in der Krume.

ERGIBT
1 Brot · Gärkörbchen

TEIGEINWAAGE
ca. 1030 g

BACKEN
240 → 210 °C · 50 Min.

• ZUTATEN

Sauerteig

80 g warmes Wasser (45 °C)
80 g Roggenmehl Type 1150
8 g Sauerteiganstellgut

Brühstück

220 g heißes Wasser (80–90 °C)
65 g Roggenschrot
30 g Hirseflocken
30 g grobe Haferflocken
30 g Leinsamen
13 g Salz

Hauptteig

125 g Wasser
ganz reifer Sauerteig
ganz vorbereitetes Brühstück
345 g Weizenmehl Type 550
5 g Frischhefe

Für die Kruste

Leinsamen und Haferflocken

ECKDATEN

TEIGTEMP. 24 °C nach dem Kneten

STOCKGARE 60 Minuten

STÜCKGARE 60 Minuten im Gärkörbchen

TEMPERATUR Ober-/Unterhitze mit Backstein:
auf 240 °C vorheizen, bei 210
°C backen

! **WICHTIG** — Leinsamen und Haferflocken
auf der Kruste dürfen nicht zu dunkel
werden; sonst werden sie bitter.

• ZUBEREITUNG

Vortag

19:00 SAUERTEIG

Die Zutaten gut verrühren und abgedeckt bei Raumtemperatur reifen lassen.

ARBEITSZEIT 5 MIN. · REIFEZEIT 10–14 STD.

BRÜHSTÜCK

Das heiße Wasser über die restlichen Zutaten geben und alles sofort gut durchrühren. Die Mischung abgedeckt stehen lassen.

ARBEITSZEIT 5 MIN. · REIFEZEIT 2–12 STD.

Backtag

7:00 HAUPTTEIG · STOCKGARE

Alle Zutaten für den Hauptteig in die Knetmaschine geben. Zunächst 5–7 Minuten langsam, dann 2–3 Minuten auf nächsthöherer Stufe verkneten, bis der Teig sich von der Schüsselwand löst. Abgedeckt in der Schüssel ruhen lassen.

ARBEITSZEIT 15 MIN. · REIFEZEIT 60 MIN.

8:15 FORMEN · STÜCKGARE

Den Teig auf die bemehlte Arbeitsfläche geben und straff rund oder lang wirken. Die Oberfläche befeuchten und den Teigling in eine Mischung aus Leinsamen und Haferflocken drücken. Mit dem Schluss nach oben ins Gärkörbchen legen und abgedeckt bei Raumtemperatur reifen lassen.

ARBEITSZEIT 10 MIN. · REIFEZEIT 60 MIN.

9:00 OFEN VORHEIZEN

30–40 Minuten vor dem Backen den Backofen mit Backstein auf 240 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

9:30 EINSCHIESSEN · BACKEN

Den gereiften Teigling auf den Einschießer wenden, nach Belieben einschneiden und einschießen. Mit 50 g Wasser schwaden und die Temperatur auf 210 °C reduzieren. Das Brot in 50 Minuten abbacken.

ARBEITSZEIT 5 MIN. · BACKZEIT 50 MIN.

10:30 AUSKÜHLEN

Das fertige Brot aus dem Ofen nehmen, mit Wasser besprühen und auf einem Gitter abkühlen lassen.