

Bauernbrot

Zutaten für 2 Brot-Laibe:

500 g Weizenmehl (Type 1050)

500 g Roggen-Vollkornmehl

1 EL Salz

1 Päckchen Trockenbackhefe

1 Päckchen Sauerteigpulver (15 g)

Wasser

nach Belieben ca. 150 g gemischte Kerne (z.B. Sonnenblumen-, Kürbiskerne ...)

Zubereitung:

Beide Mehlsorten und das Salz in eine Schüssel geben.

Hefe und Sauerteigpulver hinzufügen und alles vermischen.

700 bis 800 ml lauwarmes Wasser nach und nach dazugießen.

Zuerst alles miteinander verrühren (Mixer mit Knethaken) und danach mit bemehlten Händen verkneten.

Den Teig mit einem Tuch abgedeckt an einem warmen Ort mindestens zwei Stunden gehen lassen, bis sich das Teigvolumen verdoppelt hat.

(Nach der Gehzeit kann man je nach Belieben die Kerne zum Teig geben.)

Den Teig halbieren und zu zwei Brotlaiben formen und leicht mit Mehl bestäuben. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Beide Brotlaibe (abgedeckt) nochmals eine Stunde gehen lassen.

Zwischenzeitlich den Backofen auf 200 Grad (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Das Brot auf der unteren Schiene im Ofen etwa 50 Minuten backen.

Danach auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.