

RESTBROT KS aus Sauerteigrest

Saftig und g'schmackig

<p>VORTEIG 200 g Dinkelvollkornmehl 100 g Wasser kalt 1 g Frischhefe</p>	<p>Alles per Hand / Löffel vermengen. Abdecken und 12-14 Stunden bei Raumtemperatur stehen lassen</p>
<p>KOCHSTÜCK 70 g Anstellgut aus dem Kühlschrank 130 g Wasser 13 g Salz</p>	<p>Alles unter rühren aufkochen bis es puddingartig eindickt. Wegstellen und weiter rühren. Abdecken und auskühlen lassen. 1-12 Stunden</p>
<p>HAUPTTEIG Vorteig, Kochstück 180-200 g Wasser 100 g Roggenmehl 960 (1150) 330 g Dinkelmehl 700 (1050) 2 EL (60 g) Anstellgutrest 12 g Öl später</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Alles außer ÖL gut verkneten bis ein bindiger, weicher Teig entsteht. Öl einfließen lassen. • Abgedeckt 3 Std. Gare. Alle 30 Min. dehnen und falten • Laib formen und in den bemehlten Garkorb geben. 60 Min. abgedeckt. • Ofen auf 250 Grad vorheizen. • Mit Schwaden einschießen und nach 15 ablassen und auf 200 Grad zurück schalten. Ca. 55-60 Minuten Backzeit

Rezept Helga

Triebmittel: Sauerteig
 Stockgare: 3 Std
 Stückgare: 60 Min.
 Zeit Backtag: 4,5 Std.

