

VHS - Brotbackkurs 2013

Der Sauerteig:

400 g Roggenmehl (Type 1150)

400 ml Wasser

10 min. Zubereitung , 3 – 5 Tage Ruhezeit!

- 1.) 100g Mehl, 100 ml Wasser (ca. 40°C), gut verrühren, bei ca. 25° 24 Std. stehen lassen.
- 2.) Am 2 Tag , das selbe nochmals hinzurühren
- 3.) Am 3. Tag den Rest des Wassers (lauwarm) und Mehles hinzufügen.
Abgedeckt 24 Std. stehen lassen bei 25 °C:
- 4.) Nun sollte der Teig säuerlich riechen und mit Bläschen durchsetzt sein. Er kann jetzt verwendet werden.