

Sauerteigbrot von Marita Winkelmann

Grundansatz für Sauerteig

- 350 g Roggenvollkornmehl

mit so viel warmem Wasser verrühren, dass ein weicher Teig entsteht.

Über Nacht an einem warmen Ort gehen lassen.

Am nächsten Morgen 1 El des Teiges als Grundansatz für das nächste Brot in ein Schraubglas geben und im Kühlschrank aufbewahren.

Zu dem übrigen Teig:

- 750 g Roggenvollkornmehl
- 750 g Weizenvollkornmehl
- 2 Tl. Vollmeersalz
- Kümmel (nach Geschmack)
- Koriander
- Leinsamen
- Sonnenblumenkerne

mit so viel warmem Wasser verrühren, dass ein weicher Teig entsteht.

Diese Masse 2 3 Stunden an einem warmen Ort abermals gehen lassen.

Anschließend einmal durchkneten, in eine gebutterte, bemehlte Form geben und nochmals ca. 2 Stunden gehen lassen.

In dem vorgeheizten Backofen zunächst 15 Min. bei 250° C, und dann 90 Min. bei 200° C backen.

Schuss Wasser nicht vergessen!