

Schrotbrot

von Marita Winkelmann

Zutaten:

- 1 Portion Sauerteig (300 g)
- $\frac{3}{4}$ Ltr. lauwarmes Wasser
- 500 g Roggen
- 500 g Weizen
- 250 g Roggenschrot
- 1 Tasse Buttermilch oder Joghurt (150 g)
- $1\frac{1}{2}$ El. Salz
- 2 El. Honig

1. Schritt: Am Vorabend verrührt man eine Portion Sauerteig mit einem Schneebesen in $\frac{3}{4}$ Ltr. warmem Wasser und gibt die angegebene Mehlmischung (1 kg) hinein. Diese Mischung lässt man in der Knetschüssel über Nacht, zugedeckt mit einem feuchten Tuch, an einem warmen Ort bis zum nächsten Morgen stehen. Oberfläche glatt streichen und leicht mit Mehl bestäuben.
2. Schritt: Man nimmt eine Portion dieser gegorenen Sauerteigmischung für das nächste Brot ab und stellt sie zugedeckt in den Kühlschrank (haltbar etwa 10 Tage).
3. Schritt: An den restlichen aufgegangenen Teig (die Masse muss stark blasig sein), gibt man nun Joghurt, Hefe, Salz, Honig und verrührt alles miteinander. Durch die Zugabe der flüssigen Zutaten ist der Teig natürlich wieder etwas weicher geworden. Darum gibt man wieder etwa 250 g Mehl zu und rührt den Teig gut durch mit einem Holzlöffel. Außerdem kann man 100 g verschiedene Körner dazugeben.
4. Schritt: Den Teig legt man nun in eine Backform (kleiner Fleischbräter ohne Deckel). Diese Form pinselt man gut mit Öl ein und streut sie mit Backschrot aus. Nun füllt man den Teig ein und gibt oben Körner darauf.

5. Schritt: Den Backofen stellt man knapp auf 45°-50° C ein und schiebt das Brot auf die unterste Stufe.
Die Temperatur darf nicht zu hoch sein.
In den Ofenraum schüttet man $\frac{1}{2}$ Glas Wasser, so dass sich starke Schwaden entwickeln können.
Nach 1 Stunde muss sich der Teig verdoppelt haben.

6. Schritt: Man stellt die Temperatur auf 200° C und die Zeituhr auf 70 Min.
Nach dieser Zeit klopft man mit einem Finger auf das Brot.
Hört es sich hohl an, ist es gar.