

SAUERTEIG UND GEBÄCK

Weizenbrot mit Sauerteig und Hefe

Zwei längliche Brotlaibe nach PJ Hamels Rezept. Der Sauerteig gibt Geschmack, eine kleine Menge Trockenhefe unterstützt das Aufgehen.

Rezeptautor: PJ Hamel · King Arthur Baking



ZEIT

3 Stunden und 7 Minuten; Backzeit: 25-30 Minuten

ERGIBT

2 Brote von etwa 25 cm Länge (10 Zoll)

Methode: Teig mit Sauerteig und Instanthefe gehen lassen und backen

Saison und Zutaten: Das ganze Jahr

Lagerung: Locker eingewickelt einige Tage bei Raumtemperatur aufbewahren. Für längere Lagerung einfrieren.

Zutaten

- ☐ 600 g helles, ungebleichtes Weizenmehl
- ☐ 340 g lauwarmes Wasser
- ☐ 227 g reifer, aktiver Sauerteig
- ☐ 15 g feines Speisesalz
- ☐ 1-2 Teelöffel Instant-Trockenhefe

Zutaten mit Grammangabe abwiegen; die Hefe mit einem Teelöffel abmessen.

Ausstattung

- ☐ Küchenwaage, große Schüssel, Backblech, Backpapier, scharfes Messer zum Einschneiden und Gitter zum Abkühlen.

Zubereitung

1. Teig kneten

Alle Zutaten vermischen und zu einem glatten Teig kneten.

ZUSAMMENGESTELLT VON / NATALIA HORBACH, PhD

Natalia Horbach

Quellen und Geschichte auf der Fermentarnia-Website
fermentarnia.com



Weizenbrot mit Sauerteig und Hefe / Fortsetzung

2. Gehen lassen

In eine leicht gefettete Schüssel geben, abdecken und etwa 1½ Stunden gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

3. Brote formen

Den Teig auf einer leicht bemehlten Fläche halbieren. Bei jeder Hälfte die Ränder zur Mitte falten, mit der Naht nach unten drehen und zu einer Kugel formen. 15 Minuten abgedeckt ruhen lassen. Dann auf einer unbemehlten Fläche zu dicken Ovalen rollen; für längere Brote auf etwa 25-28 cm (10-11 Zoll) ausrollen.

4. Zweite Gare

Auf ein gefettetes oder mit Backpapier belegtes Blech setzen. Abgedeckt etwa 1 Stunde gehen lassen, bis die Brote deutlich aufgegangen sind. Gegen Ende der Gare den Ofen auf etwa 220°C (425°F) vorheizen.

5. Einschnneiden und backen

Mit lauwarmem Wasser besprühen, mit Mehl bestäuben und jedes Brot zweimal schräg und recht tief einschneiden. 25-30 Minuten backen, bis die Kruste kräftig goldbraun ist. Auf einem Gitter abkühlen lassen.

Tipps

Bei einem gesunden, aktiven Sauerteig 1 Teelöffel Hefe verwenden; die Gare kann länger dauern. Bei einem weniger aktiven Sauerteig oder für kürzere Gehzeiten 2 Teelöffel verwenden.

So schmeckt es am besten

Vor dem Anschneiden auf einem Gitter abkühlen lassen.

Unter der Lupe

Was diesen Laib aufgehen lässt

Hefen bilden während der Fermentation Kohlendioxid. Das im Teig gehaltene Gas vergrößert dessen Volumen. Dieses Rezept enthält sowohl aktiven Sauerteig als auch Instant-Trockenhefe. Die zusätzliche Hefe unterstützt das Aufgehen, während der Sauerteig eigene Mikroorganismen, Säure und Aroma einbringt.

ZUSAMMENGESTELLT VON / NATALIA HORBACH, PhD

Natalia Horbach

Quellen und Geschichte auf der Fermentarnia-Website
fermentarnia.com



Seite 2

REZEPT ONLINE