

## **Eva`s Bauernbrot mit BackNatur Ferment**

### **Für die Mehlmischung:**

1000 g Dinkelmehl 630  
900 g Roggenmehl 1150  
100 g Einkornmehl, fein gemahlen

Die Mehle gut miteinander vermischen. Es ergibt eine Mehl-Gesamtmenge von 2000 g.

### **Für den Vorteig:**

600 g Mehlmischung ( von der Gesamtmehlmenge abwiegen)  
60 g BackNatur Trockenferment  
720 g Wasser, ca. 40°C warm

Den Vorteig gut abdecken und 24 Stunden bei 28°C gehen lassen. Der Teig muss gut sichtbar Bläschen zeigen und an Volumen zugenommen haben.

### **Für den Hauptteig:**

1400 g Mehlmischung (Restmenge)  
40 g Salz  
1-2 EL Brotgewürz, geschrotet  
1380 g Vorteig  
480 g Wasser, ca. 40°C warm

Das ergibt zusammen 3300 g . Alle Zutaten des Hauptteiges mit der Teigknetmaschine etwa 12-15 Minuten zusammenkneten.

Anschließend bei 28°C ungefähr 60-90 Minuten mit Folie abgedeckt lassen.

Danach wird der Teig auf einem bemehlten Brett in 825 g große Stücke portioniert und ohne kneten vorsichtig rund gewirkt und in die Gärkörbchen gelegt. Er wird nochmals kurz ruhen gelassen, für 10-15 Minuten. Das ist das Besondere an dem Rezept, dass die Endgare wirklich nur 10-15 Minuten gehalten wird. Anschließend werden die Brote aus den Körbchen gekippt (auf ein gefettetes oder mit Backpapier ausgelegtes Backblech oder einem Schieber), eingeschnitten und im Steinbackofen oder Elektroofen bei fallender Hitze gut ausgebacken.

**Oberhitze:** 290°C

**Unterhitze:** 210°C

**Backzeit:** ca. 50-60 Minuten