

Der Roggenbatzen - Superfood mit Understatement



Sauerteig
200 g Roggenmehlvollkornmehl
200 ml lauwarmes Wasser oder Kümmeltee
25 g Anstellgut

Brühstück
50 g Roggenschrot
50 ml Wasser oder Kümmel

Hauptteig
150 g Roggenvollkornmehl
30 g geröstetes Roggenvollkornmehl
9 g Salz
5 g Hefe
10 g Rübensirup
50 g Kartoffel gerieben
50 g Wasser oder Kümmeltee

Teigruhe 2,5 Stunden | Stückgare 60 - 90 Minuten

Vortag:

Sauerteig

Einen Tag vor dem Backen das Mehl mit dem lauwarmen Wasser in einer Schüssel mit Deckel oder Gärbox vermengen und anschließend das Anstellgut (den entnommenen Sauerteig vom letzten Backen) zufügen und gut verrühren. Abgedeckt über Nacht gehen lassen.

Brühstück

Wasser/Kümmeltee zum Kochen bringen und dann mit dem Mehl vermengen

geröstetes Roggenmehl

Roggenvollkornmehl in einem Topf solange erhitzen und umrühren bis es leicht bräunlich ist

Backtag

Zutaten in eine Schüssel geben und mit der Knetmaschine ca. 7 Minuten (iNova Stufe 2) durchmischen. Den Teig dann 2,5 Stunden in der Schüssel abgedeckt gehen lassen. Dann Rundwirken und nochmals 60 - 90 Minuten in der Backform mit einem Bäckerleinen/Gärfolie abgedeckt gehen lassen bis eine deutliche Rissbildung auf der Oberfläche zu sehen ist..

Temperatureinstellung Haushaltsofen: Ober-/Unterhitze 250°C aufheizen, nach 15 Minuten auf 200°C reduzieren

Temperatureinstellung Manz mit Vapor: Oberhitze 220 °C und Unterhitze 200°C aufheizen, nach Einschienen Oberhitze auf 250°C stellen und nach ca. 15 Minuten Ofen ausstellen

Temperatureinstellung Manz Konventionelle Regelung: Abschirmbleche entfernen Oberhitze und Unterhitze 250°C aufheizen, nach Einschienen nach ca. 15 Minuten Ofen ausstellen

Temperatureinstellung Häussler Elektrosteinbackofen: Oberhitze auf 280°C und Unterhitze 190°C aufheizen, nach dem die Temperatur erreicht ist Ofen ausstellen und 30 Minuten abstehen lassen. Dann Brot einschienen.