

WEIZEN-VOLLKORN KASTENBROT

mit BÖCKER Aroma Plus Weizen-Vollkorn

Für den Hauptteig:

- 20 g BÖCKER Aroma Plus Weizen-Vollkorn
- 450 g Weizenvollkornmehl + etwas mehr zum Bearbeiten
- 50 g Weizenmehl (Type 550)
- 375 ml Wasser
- 10 g Salz
- 10 g Frischhefe

Teigtemperatur: ca. 24 – 26 °C

Reifezeit: ca. 20 Min.

Ruhezeit: bis ca. doppeltes Volumen erreicht



mittel



Gesamtzeit: ca. 1,5 Std.



Backzeit: ca. 40 Min.

ZUBEREITUNG

1. Alle Zutaten für den Hauptteig mit den Knethaken der Küchenmaschine ca. 8 Minuten verkneten. Dann abgedeckt bei Raumtemperatur (ca. 20 °C) ca. 20 Minuten ruhen lassen.
2. Den gekneteten Teig nach der Reifezeit zu einer Kugel und anschließend zu einer länglichen Form formen und die Oberseite in Vollkornmehl wälzen. Der Teigling wird dann in eine gefettete Backform gegeben und abgedeckt bei Raumtemperatur ruhen gelassen bis er ca. das doppelte an Volumen hat.
3. In der Zwischenzeit den Backofen auf 240 °C (Ober-/ Unterhitze) vorheizen und eine kleine, hitzebeständige Schale mit Wasser auf den Backofenboden stellen.
4. Teigling optional in der Mitte leicht einschneiden und bei 240 °C (Ober-/ Unterhitze) ca. 5 Minuten auf der mittleren Schiene backen. Dann die Backofentemperatur auf 210 °C (Ober-/ Unterhitze) reduzieren und das Brot ca. 35 Minuten fertig backen.

Wir wünschen Ihnen guten Appetit!