

Honig-Salz-Brot

500 g Roggenschrot (grob)
1000 g Weizenschrot (fein)
1200 ml warmes Wasser (40°)
3 TL Salz
1 EL Honig
je 2 TL Kümmel und Koriander
je 1 TL Fenchel und Anis
Butter zum Fetten der Form

Varianten:

1. 1000 g Roggenschrot (500 g grob)
500 g Weizenschrot (fein)
2. 1500 g Weizenschrot (grob und fein)

1. Ansatz abends:

500 g Roggenschrot anrühren mit 600 ml Wasser (40°), im Wasser gelöst 1 TL Honig und 1/2 TL Salz. Mit einem Teller wird die Schüssel bedeckt. Den Teig bis zum Morgen in einem warmen Zimmer stehen lassen.

2. Ansatz morgens:

500 g Weizenschrot mit 600 ml Wasser, im Wasser gelöst 1 TL Honig und 1 TL Salz, anrühren und dem Vorteig zufügen, gut untermischen und an einem warmen Ort bedeckt 4 Stunden ruhen lassen.

3. Ansatz:

500 g Weizenschrot mit den frisch gemahlenen Gewürzen und dem restlichen Salz trocken mischen. Dem Teig zugeben und gut vermischen. Nicht zu lange kneten. Mit nassen Händen wird das Brot geformt und in die gefettete Form gegeben. Die Oberfläche glätten und mit einem Messer eine Längsspur oder ein Kreuz einritzen. Die zugedeckte Form an einen warmen Platz ca. 3 Stunden ruhen lassen und dann in den Backofen stellen.

Nur der Roggen für den Vorteig wird mittelgrob bis mittelfein gemahlen. Alles übrige Getreide wird fein gemahlen.

Die jeweiligen Teigansätze können auch länger gehen.

Die Gärzeit ist beendet, wenn der Teig um etwa 1/4 aufgegangen ist.

Das Brot mit geschlossenem Deckel bei 150° 3 Stunden backen, den Deckel abnehmen, und das Brot weitere 40 Minuten bei 200° backen und dann noch 20 Minuten im ausgeschalteten Backofen stehen lassen.