

## Brot aus Vollkornschrot

Dieses PDF Rezept wurde von [www.backrezepte24.de](http://www.backrezepte24.de) heruntergeladen

Backen  
Brot  
Sauerteig

2 kg Roggenmehl Type 1150  
1 kg Weizenmehl Type 550 oder 450  
6 ts Salz  
1 tb ganzen Kümmel; gestrichen  
1 pk Trockenhefe; evtl. mehr  
1/2 l lauwarmes Wasser (für den  
; Sauerteig)  
1 1/2 l lauwarmes Wasser

Von 400 g Roggenmehl, Wasser (ca. 1/2 l) und dem ganzen Kümmel einen nicht zu festen Brei anrühren. Die Schüssel warm einpacken und 24 Stunden bei 20 °C stehen lassen. Wenn der Teig Blasen zeigt, ist der Sauerteig fertig. Je 400 g Mehl zurückstellen (wird zum Kneten gebraucht). Dann die anderen Zutaten mit dem Sauerteig gut durchrühren bis sich Blasen zeigen. 30 Minuten gehen lassen. Den Teig mit dem zurückgestellten Mehl durchkneten.

4 Königskuchenformen (Kastenformen) mit Backpapier auslegen. Mit einem Messer 3 - 4 mal einschneiden. Nochmals 30 Minuten warm stellen. Bei 180 °C 105 - 120 Minuten backen.