

Haselnusstronchines (Bern)

Dieses PDF Rezept wurde von www.backrezepte24.de heruntergeladen

Backen

Brot

500 g Roggenmehl
50 g Sonnenblumenkerne
50 g Sesamsamen
300 g Sauerteig
1 tb Salz
1 ts Koriander
3/8 l lauw. Wasser; ca.
Kleie fürs Backblech

Backzeit: ca. 40 Min.

Das Mehl in eine Schüssel geben und in die Mitte eine Vertiefung drücken. Den Sauerteig in die Vertiefung geben, das Salz auf den Mehtrand streuen und von der Mitte aus zu einem geschmeidigen Teig schlagen. Den Teig sehr gut durcharbeiten, mit Mehl bestäuben und an einem warmen Ort 40 Min. gehen lassen. Auf einer bemehlten Fläche nochmals kurz durcharbeiten, in zwei gleiche Teile trennen, rund wirken und mit dem Schluß nach unten auf das mit Kleie bestreute Blech legen. Die Brote mit einem scharfen Messer mehrmals querüber einschneiden, nochmals 35 Min. gehen lassen und im vorgeheizten Backofen bei 220 Grad backen.