

# Über-Nacht-Bauernbrot

Mein heutiger Beitrag ist ein total praktisches Bauernbrotrezept. Der Teig muss über Nacht im Kühlschrank gehen und lässt sich somit super vorbereiten. Wer also Lust auf frischgebackenes Brot hat, dem kann ich nur empfehlen, es mal auszuprobieren!



Zutaten (für 1 Laib):

- 
- **800 g Weizenbrotmehl (Type 1050)**
  - **200 g Dinkelmehl (Type 630)**
  - **1 Pg. flüssiger Sauerteig (z. B. von Seitenbacher) oder 2 EL Sauerteigpulver**
  - **10 g frische Hefe**
  - **2 TL Salz**
  - **ca. 600-650 ml Wasser**

---

Alle Zutaten in der Küchenmaschine ca. 10 Minuten gut verkneten, dabei die Wassermenge entsprechend der Teigkonsistenz anpassen (der Teig sollte feucht aber nicht zu klebrig sein).

Teig in eine große Schüssel mit Deckel umfüllen und über Nacht im Kühlschrank gehen lassen. Vor dem Backen den Backofen auf 230°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Teig mit etwas Mehl bestäuben und auf der Arbeitsplatte kurz verkneten. Dann in ein gut bemehltes Gärkörbchen geben und noch mal 20 Min. abgedeckt ruhen lassen.

Auf ein Backblech stürzen, mit einer Gabel die Oberfläche leicht einstechen und sofort in den Ofen schieben. Dabei 1 kleine Tasse Wasser auf den Ofenboden stellen. Nach 15 Minuten die Temperatur auf 210°C reduzieren und das Brot fertig backen (ca. 1 Stunde). Wem es gegen Ende zu dunkel wird, kann entweder die Temperatur noch etwas reduzieren oder das Brot mit Backpapier abdecken.

Tipps:

- Die Hefemenge ist durch den Sauerteig wirklich ausreichend (manche benutzen viel zu viel Hefe fürs Brot... 10 g pro Laib ist eine gute Richtmenge).
  - Die Mehlsorten können natürlich variiert werden, je nach Geschmack. Das Dinkelmehl kann durch Roggenmehl ersetzt werden oder der Dinkelmehlanteil insgesamt erhöht werden usw...
  - Wer mag, kann noch Brotgewürz zugeben.
  - Wer regelmäßig sein Brot selbst bäckt, kann ganz einfach eigenen Sauerteig im Kühlschrank lagern. Dafür vor dem Backen 2-3 EL des Teiges abnehmen, in eine Schüssel mit Deckel geben (ich hab ein Steingutgefäß von der Uroma) und ein paar Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen. Dann gut verschließen und in den Kühlschrank stellen. Der Sauerteig hält sich ca. 6 Wochen im Kühlschrank oder kann auch eingefroren werden.
-