

# Bauernkruste mit und ohne Sauerteig



## Sauerteig:

- 15 g Anstellgut (=ASG) aus dem Kühlschrank
- 150 g Roggenmehl (Type 1150 oder Type 997)
- 150 g Wasser (ca. 37°C)

Anstellgut aus dem Kühlschrank mit Mehl und Wasser in einem sauberen Gefäß mischen und verschließen. 10-14 Stunden bei Raumtemperatur (20-22°C) abgedeckt reifen lassen. Dabei wölbt sich der Sauerteig konvex nach oben.

**Der Sauerteig ist reif, wenn die Aufwölbung gerade dabei ist, ganz schwach einzufallen.**

## Hauptteig:

### mit Sauerteig

- 280 g Wasser
- 300 g Sauerteig  
(15g als ASG wieder in den Kühlschrank!)
- 3-5 g frische Hefe
- 20 g Zuckerrübensirup oder Honig
- 270 g Weizenmehl 550 / Dinkelmehl 630
- 180 g Weizenmehl 1050 / Dinkelmehl 1050
- 100 g Roggenmehl 1150
- 15 g Öl
- 14 g Salz

oder

### ohne Sauerteig

- 420 g Wasser
- 10 g frische Hefe
- 20 g Zuckerrübensirup
- 420 g Weizenmehl 550 / Dinkelmehl 630
- 180 g Weizenmehl 1050 / Dinkelmehl 1050
- 100 g Roggenmehl 1150
- 15 g Öl
- 14 g Salz

## Zubereitung:

Wasser, Sauerteig, Hefe, Zuckerrübensirup, Mehl, Öl, Salz in den Mixtopf geben und 3 Min / Knetstufe kneten (bei Dinkelmehl 1:40 Min. mit Linkslauf auf Stufe 5 rühren). Den Teig in eine gefettete Schüssel füllen oder im Mixtopf ca. 1 Stunde gehen lassen. Dann auf die bemehlte Arbeitsfläche geben, mehrmals falten, oder rundwirken, zu einem Laib formen und in den gefetteten und bemehlten Ofenmeister geben. Ca. 30 Minuten ruhen lassen, mit Mehl bestäuben und mit einem scharfen Messer einschneiden. Ofenmeister in den kalten Ofen stellen und ca. 60 Minuten bei 230°C backen. Aus dem Ofenmeister nehmen und abkühlen lassen. (Ist der Ofen schon heiß, den Teig min. 1 Stunde gehen lassen und Backzeit etwas verkürzen.)

## Gutes Gelingen