



Hausbrot der kleinen Backstube am Waldrand

Zutaten

430 g	Wasser
10 g	frische Hefe (20g wenn nur 1 Stunde Gehzeit)
80 g	Lievito Madre (LM)
20 g	Birnel, Agavendicksaft, Zuckerrübensirup o.ä.
500 g	Weizenmehl (Type 550)
120 g	Ruchmehl (Weizenmehl Type 1050)
80 g	Roggenmehl (Type 1150)
15 g	Öl
15 g	Salz
1 ½ TL	Backmalz (selbst gemacht)

Option:

30 g	Chiasamen oder Leinsamen
60 g	Sonnenblumenkerne oder Kürbiskerne

Zubereitung

Wasser, Hefe, LM und Süsse in den Mixtopf geben und **2 Min./Stufe 2** vermischen.
Restliche Zutaten dazu geben und **4-5 Min/Teigknetstufe**.

Übernachtgare: Teig am Abend herstellen, in ein gefettete Teigwanne geben und im Keller bis am nächsten Morgen gehen lassen.

oder

Kurz-Variante: Teig in eine bemehlte Schüssel füllen, mit Mehl bestäuben und 1 Stunde gehen lassen.

Den Teig auf die bemehlte Arbeitsfläche geben, 5-10x falten, zu einem Laib formen und in den gefetteten und bemehlten Gusseisentopf geben. Mit Mehl bestäuben und mit einem scharfen Messer einschneiden (Herz, Sonne etc).

Mit Deckel in den kalten Ofen stellen und 60 Minuten bei 230°C backen (Ober- /Unterhitze).
Danach den Deckel abnehmen und weitere 5-10 Minuten bis zur gewünschten Bräune weiter backen.

Aus dem Topf nehmen und abkühlen lassen.