

# Auffrischbrot "Jule"



Für die Übernachtgare sollte das ASG eher mild sein (vor allem bei Roggensauer).

## Autolyseteig

- 270-300 g Wasser ((je nach Mehl))
- 250 g Weizenmehl Type 550 ((oder siehe Tabelle))
- 100 g Weizen Vollkornmehl ((oder siehe Tabelle))

## Hauptteig

- 150 g Sauerteig/ ASG (Anstellgut) aus dem Kühlschrank ((Weizensauer/ Roggensauer/ Lievito Madre))
- 75 g Roggenmehl Type 1150 ((oder siehe Tabelle))
- 10 g Rübensirup/ inaktives Backmalz/ Vollrohrzucker
- 2-3 g frische Hefe ((je nach Alter & Aktivität des Sauerteigs))
- 12 g Salz
- 30 g Wasser bei Bedarf ((je nach Mehl & Sauerteig))

## Autolyseteig

1. Wasser, Mehl kurz aber gründlich vermischen.
2. Für 20-40 Minuten zur Autolyse ruhen lassen.  
(Urgetreide eher 20 Minuten, backstarke Mehle eher 40 Minuten.)

## Hauptteig

1. Autolyseteig, Sauerteig/ ASG, Roggenmehl, Rübensirup/ inaktives Backmalz/ Vollrohrzucker und Hefe hinzugeben und für etwa 8-10 Minuten bei langsamer Geschwindigkeit kneten.  
(Für empfindliches Urgetreide gilt die jeweils kürzere Knetzeit.)
2. Danach für 2-5 Minuten bei schneller Geschwindigkeit auskneten.  
(Für empfindliches Urgetreide gilt die jeweils kürzere Knetzeit.)  
Dabei in den letzten Minuten das Salz und bei Bedarf noch ca. 30 g Wasser hinzugeben und mit einkneten lassen.  
Ein Fenstertest sollte nach dem Kneten möglich sein.

## Variante am gleichen Tag backen

1. Für 3-4 Stunden bei Raumtemperatur (20-22°C) zur Stockgare stellen.  
Dabei nach jeweils 60 & 120 Minuten dehnen und falten (stretch & fold).  
(Eine knappe Verdopplung des Teiges reicht aus.)
2. Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche locker rund wirken und 30 Minuten entspannen lassen.  
Danach zu einem runden Brotlaib formen und mit dem Schluss nach unten in ein gut bemehltes Gärkorbchen geben.
3. Abgedeckt etwa 60-90 Minuten bei (20-22°C) zur Stückgare stellen.

## Variante Stockgare mit kalter Übernachtgare

1. Für 90 Minuten bei Raumtemperatur (20-22°C) anspringen lassen.  
Dabei nach jeweils 45 & 90 Minuten dehnen und falten (stretch & fold).
2. Danach für 12 -14 Stunden bei 5°C in den Kühlschrank geben.
3. Anschließend für mindestens 1 Stunde akklimatisieren lassen.
4. Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche locker rund wirken und 30 Minuten entspannen lassen.

Danach zu einem runden Brotlaib formen und mit dem Schluss nach unten in ein gut bemehltes Gärkörbchen geben.

5. Abgedeckt etwa 60-90 Minuten bei (20-22°C) zur Stückgare stellen.

(Wenn der Teig noch leicht kühl ist eher 90-120 Minuten.)

## Variante Stückgare mit kalter Übernachtgare

1. Für 3-4 Stunden bei Raumtemperatur (20-22°C) zur Stockgare stellen.

Dabei nach jeweils 60 & 120 Minuten dehnen und falten (stretch & fold).

(Eine knappe Verdopplung des Teiges reicht aus.)

2. Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche locker rund wirken und 30 Minuten entspannen lassen.

Danach zu einem runden Brotlaib formen und mit dem Schluss nach unten in ein gut bemehltes oder mit einem Leinen ausgelegtes Gärkörbchen geben.

3. Danach gut abgedeckt für 10-12 Stunden bei 5°C in den Kühlschrank geben.

(Ich backe diese Variante ohne anschließendes Akklimatisieren ab.)

## Backen

1. Rechtzeitig den Backofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen, je nach dem zusammen mit einem großen Gusstopf, Backstahl/ Blech oder Backstein.

2. Backen im Topf:

Den Teigling nach der Gehzeit in den heißen Topf stürzen. (Falls der Schluss verklebt ist nochmal leicht nachschneiden.)

Für insgesamt 50 Minuten backen.

Nach 20 Minuten der Backzeit die Temperatur auf 210°C senken.

Nach weiteren 10 Minuten aus dem Topf nehmen und ohne Topf fertig backen.

3. Freigeschoben backen:

Teigling aus dem Körbchen stürzen. (Falls der Schluss verklebt ist nochmal leicht

nachschneiden.)

Für insgesamt 50 Minuten backen.

Sofort zu Beginn schwaden (Wasserdampf).

Nach 10 Minuten die Ofentür öffnen, um die Feuchtigkeit abzulassen und die Temperatur auf 210°C senken.

Je nach Ofen gerne für die letzten 5-10 Minuten auf Heißluft umschalten oder die Tür (wenn möglich) einen kleinen Spalt auf lassen.

4. Das Brot nach dem Backen auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.

## **KNETEN IM THERMOMIX**

- Autolyseteig: 1 Min./ Teigknetstufe mischen, danach samt Mixtopf für 30-40 Minuten in den Kühlschrank geben.
- Hauptteig: Roggenmehl, Rübensirup/ inaktives Backmalz/ Vollrohrzucker und Hefe hinzugeben, für 4-5 Min./ Teigknetstufe kneten.
- Salz bei Bedarf noch bis zu 30 g Wasser hinzufügen, für 1-2,5 Min./ Teigknetstufe einkneten.

## **MEHL-AUSTAUSCH-TABELLE**

Mehl im Rezept Alternative Mehlsorten Weizenmehl Type 550      Gelbweizenmehl Type 550, Type 812, T55, T65, W700, Tipo 0, Tipo 00 Weizen Vollkornmehl Kamut, Dinkel, Emmer, Rotkorn, Gelbweizen Roggenmehl Type 1150 Champagnerroggen Type 1000, R 960, Type 997, Type 1370, Alpenroggen