

# Weizenvollkornbrot

2 Stück



gelingt leicht

bis zu 40 Min.



## Zutaten:

### Vorteig zum Vorbereiten:

10 g fertiger Sauerteig  
100 g gesiebtes Roggenmehl  
80 ml lauwarmes Wasser (25 Grad)

### Brühstück:

180 g Weizenschrot grob  
(Reformhaus)  
360 ml heißes Wasser (70 Grad)

### Brotteig:

180 g Vorteig  
540 g vorbereitetes Brühstück  
720 g Weizenschrot fein (aus dem Reformhaus)  
1 Pck. Dr. Oetker Germ  
2 EL lauwarmes Wasser (25 Grad)  
40 g Margarine  
25 g Salz  
1 gestr. EL Kümmel gemahlen  
gemahlen  
230 ml lauwarmes Wasser (25 Grad)

### Zum Ausstreuen:

Weizenschrot fein (aus dem Reformhaus)

## 1 Vorteig zum Vorbereiten:

Für den Vorteig Sauerteig mit Mehl und Wasser verrühren und 15 – 24 Std. zugedeckt bei Raumtemperatur stehen lassen.

## 2 Brühstück:

Für das Brühstück Weizenschrot mit Wasser verrühren und mind. 4 Std. quellen lassen.

## 3 Brotteig:

Für den Brotteig Vorteig mit Brühstück und Weizenschrot in eine Rührschüssel geben. Germ mit Wasser verrühren und mit den übrigen Zutaten der Reihe nach dazugeben.

Den Teig 2-mal 15 Min., mit 15 Min. Ruhezeit dazwischen, mit der Küchenmaschine (Knethaken) auf niedriger Stufe kneten.



④ **Zum Ausstreuen:**

Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, halbieren, rund formen und ca. 10 Min. rasten lassen. Die Teige flach drücken, von oben nach unten einschlagen und länglich rollen. Die Teigrollen mit dem Schluss nach unten in zwei befechtete, mit Weizenschrot ausgestreute Kastenformen (10 x 30 cm) geben und ca. 40 Min. zugedeckt gehen lassen. Mit einem scharfen Messer längs ca. 2 cm tief einschneiden.

Ein flaches Gefäß mit lauwarmem Wasser füllen und auf den Boden in das vorgeheizte Backrohr stellen.

Die Formen auf dem Rost in die untere Hälfte des Rohres schieben. Die Brote mit fallender Hitze backen.

**Ober-/Unterhitze 230 °C**  
**Heißluft 210 °C**  
**Backzeit: ca. 15 Minuten**

**Ober-/Unterhitze 200 °C**  
**Heißluft 180 °C**  
**Backzeit: ca. 35 Minuten**

Die Brote auf ein Kuchengitter stürzen und erkalten lassen.

