

# Bauernbrot

Dieses leckere Bauernbrot Rezept mit Roggen- und Weizenmehl ist leicht selbst gebacken und kernig im Geschmack. Einfaches Bauernbrot backen.

etwa 20 Scheiben



etwas Übung erforderlich



bis 40 Minuten



## Zutaten:

### Für das Backblech:

Backpapier

### Brotteig für Bauernbrot:

250 g Weizenmehl Type 1050

250 g Roggenmehl Type 1150

1 Pck. Dr. Oetker Roggen-Vollkorn-Sauerteig

1 Pck. Dr. Oetker Trockenbackhefe

1 TL Salz

50 g Leinsamen

50 g Sonnenblumenkerne

400 ml lauwarmes Wasser

### Außerdem:

Wasser

Weizenmehl Type 1050

Wie backe ich selber ein leckeres rustikales Bauernbrot?:

## ① Brotteig zubereiten:

Beide Mehlsorten mit Sauerteig und Hefe in einer Rührschüssel sorgfältig mischen. Übrige Zutaten hinzufügen und alles mit einem Mixer (Knethaken) zunächst auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Min. zu einem Teig verarbeiten. Teig an einem warmen Ort so lange gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat. Backblech mit Backpapier belegen. Backofen vorheizen.

**Ober-/Unterhitze etwa 180 °C**

**Heißluft etwa 160 °C**



## Versuchsküche Rezepte und Tipps

- ② Den Bauernbrot Teig auf bemehlter Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten, zu einem runden Brotlaib (Ø 15 cm) formen und auf das Backblech legen. Zugedeckt nochmal so lange gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat. Brotlaib mit etwas Wasser bestreichen und mit Mehl bestreuen. Mit einem scharfen Messer kreuzförmig etwa 1 cm tief einschneiden und backen.

**Einschub: unteres Drittel**

**Backzeit: etwa 40 Min.**

Bauernbrot auf einem Kuchenrost erkalten lassen.

### Tipps aus der Versuchsküche

- Das Bauernbrot ist einfriergeeignet - am Stück oder in Scheiben zum Toasten.

