

Sauerteig

Brotbackexperiment



Fotos und Beschreibung von [Fee`s Koch- und Backwelt](#)

Von Fee`s Koch- und Backwelt wurde uns nachstehender Erfahrungsbericht über die Herstellung vom ersten Sauerteig übermittelt. Herzlichen Dank liebe Fee für den aufschlußreichen Bericht!

Tag 1: 100g Weizenvollkornmehl vermischt mit 100g Wasser. Diesen Ansatz habe ich 12 Stunden, bis zum nächsten Morgen, in meinen Backofen gestellt mit brennender Lampe (das soll die richtige Temperatur bringen und man merkt dass der Backofen deutlich wärmer ist, etwa 30°C).



Tag 2: Nach den 12 Stunden habe ich alles einmal verrührt und zurück in den Ofen gestellt. Nach weiteren 12 Stunden war das erste Auffüllen an der Reihe. Dazu habe ich weitere 100g

Weizenvollkornmehl und 100g Wasser zugegeben. Alles wieder schön verrührt und zurück in den warmen Ofen.



Tag 3: Wieder nach 12 Stunden: rühren. Mittlerweile hat mein Sauerteig, bzw. dass was er mal werden soll, einen eigenartigen Geruch. Schwer zu beschreiben nach was er riecht, jedenfalls nicht unangenehm. Am Abend gab es dann wieder eine Auffüllung.

Tag 4: Man erkennt eine starke Blasenbildung auf dem Teig, wenn man den Deckel hebt. Nach 12 Stunden habe ich mein kleines Raubtier wieder gerührt und nach weiteren 12 Stunden wieder gefüttert. Zum Geruch: leicht bitter, aber nicht unangenehm stinkend, sauer oder verdorben.

Tag 5: „Ich kann ihn gut riechen“... Das Raubtier, wie ich meinen Sauerteig nun liebevoll nenne, hat mittlerweile einen angenehmen, einfach gut riechenden Duft entwickelt. Ich habe ihn am Morgen wieder gerührt und abends mit 100g Weizenmehl und 100g Wasser aufgefüllt. Das war nun die vorerst letzte Raubtierfütterung. Morgen werde ich mit meinem Sauerteig dann das erste Brot backen.

Tag 6: Mein Raubtier wird nun erleichtert. Das erste Brot soll in den Ofen. Hierzu habe ich bereits gestern Abend einen Vorteig gerichtet. Nun geht es ans Brot backen:

Fazit: Ich habe es geschafft ein sehr gut schmeckendes Sauerteigbrot zu backen und bin zufrieden mit meinem Ergebnis. Mein kleines Experiment war für mich ein voller Erfolg und macht mir Mut für weitere Tests und höhere Schwierigkeitsgrade.