

26. Juli 2009

## Schwarzer Hamster nach Bäcker Süpke

Ursprünglich von Bäcker Süpke ans Licht der Welt gebracht, wurde das Brot „Schwarzer Hamster“ in der Brotbackblogosphäre weiterentwickelt. Schließlich landete es bei Ketex, von dem ich das Rezept übernommen und in einigen Details angepasst habe. Wichtigste Änderung: die klassische 3-Stufen-Führung des Sauerteigs.

### Sauerteig

- 50 g Anstellgut (Roggensauerteig)
- 150 g Wasser
- 150 g Roggenmehl 1150

### Kochstück

- 50 g Roggenkörner
- 50 g Dinkelkörner
- 150 g Wasser

### Quellstück

- 55 g Sonnenblumenkerne
- 55 g Leinsamen
- 55 g Kürbiskerne
- 110 g Roggenschrot (mittel)
- 270 g Wasser

### Hauptteig

- 250 g Sauerteig
- Kochstück
- Quellstück
- 3 g Trockenhefe
- 12 g Salz
- 130 g Weizenmehl 1050
- 50 g Roggenmalz
- 50 g Wasser
- Sonnenblumenkerne

Das Anstellgut mit 50 g Wasser und 50 g Roggenmehl mischen und locker abgedeckt 4 bis 6 Stunden bei 22 bis 26 °C stehen lassen. Dann wieder 50 g Mehl, aber nur 15 g Wasser zufügen. Diesen festeren Teig 8 Stunden bei 22°C reifen lassen. Alternativ können auch 25 g Wasser zugefügt werden. Dann aber darf der Teig nur 6 Stunden bei ca. 29°C reifen. Anschließend 50 g Mehl und 85 g Wasser begeben und 4 Stunden stehen lassen. Vom fertigen Sauerteig 250 g abnehmen und den Rest als Anstellgut für das nächste Brot im Kühlschrank lagern.

Für den eigentlichen Teig die Zutaten des Quellstücks mindestens 3 Stunden lang im Wasser quellen lassen. Roggen- und Dinkelkörner für das Kochstück kochen, bis das Wasser vollständig verdampft ist. Kochstück, Sauerteig, Quellstück und die übrigen Zutaten 5 Minuten verkneten und in die gefettete und mit Sonnenblumenkernen ausgefüllte Kastenform geben. Noch 60 Minuten bei 30°C gehen lassen und danach bei 250°C und mit viel Dampf 15 Minuten backen. Weitere 45 Minuten muss das Brot bei 180°C und ohne Wasserdampf backen.

*Zubereitungszeit am Backtag: ca. 3 Stunden*

