Hirsebrot

Kategorie: Brot und Brötchen - Aufwand: mittel - Preis: gering - für Gruppen: ja - vegetarisch: ja

Zutaten

3 geh. EL	Sauerteigansatz
300 ml	Wasser
250 g	Roggenvollkornmehl
200 ml	Wasser
75 g	Hirse
150 g	Weizenvollkornmehl
175 g	Joghurt
2 TL	Salz

(Angaben für 1 Stück)

Die Hirse gibt dem Brot einen mild-nussigen Geschmack.

Zubereitung

1. Tag bzw. morgens: Den Sauerteigansatz (ca. 120 g) mit 300 ml Wasser und 250 g Roggenmehl verrühren und etwa 12 Stunden stehen lassen.
2. Tag bzw. abends: 3 gehäufte EL (ca. 120 g) Sauerteig abnehmen und in einen verschlossenen Glas im Kühlschrank als Sauerteigansatz für den nächsten Sauerteig aufbewaren (hält sich bis zu 10 Tagen). Die Hirse in 200 ml Wasser 20 Minuten vorkochen und abkühlen lassen. Zum angesetzen Sauerteig die gekochte Hirse, 150 g Weizenvollmehl, Joghurt und das Salz geben. Den Teig gut verrühren, in eine Kastenform füllen und etwa 2 Stunden an einem warmen Ort gehen lassen (z.B. bei 60°C im Ofen) und anschließend eine Stunde bei 180°C backen. Auf einem Rost auskühlen lassen.