

Brot aus dem Gusseisentopf

Teig:

200g Roggenruchmehl	
200g Dinkelruchmehl	in Schüssel geben
8g Salz	am Rand verteilen
2g frische Hefe	in Mittel geben
3dl lauwarmes Wasser	dazu geben

Mit einer Holzgabel die Zutaten so lange verrühren, bis die trockenen mit den nassen Zutaten zu einem lockeren Teig vermischt sind. Schüssel zudecken und bei Zimmertemperatur während 12 -18 Stunden aufgehen lassen.

Dann die Arbeitsfläche grosszügig mit Mehl bestäuben. Den Teig (sehr weich und mit vielen Blasen) aus der Schüssel direkt aufs Blech geben. Teig mit Hilfe des Teigschabers und der Hand von jeder Seite her falten. Mit der Teignaht nach unten auf ein sauberes, stark bemehltes Küchentuch geben. Teig grosszügig bemehlen und unter dem Küchentuch 2-3 Stunden lang ruhen lassen.

Backen:

30 Minuten vor Backbeginn den leeren Gusseisentopf mit geschlossenem Deckel in den Ofen stellen und diesen auf 190°C vorheizen.

Den heissen Topf vorsichtig aus dem Ofen nehmen. Deckel abheben und den Brotteig direkt vom Küchentuch in den Topf stürzen. Mit Deckel während 30 Minuten in den heissen Ofen stellen. Deckel abnehmen und das Brot weitere 20 Min. goldbraun backen.

Es sollte am Schluss eine Schöne Kruste haben und beim Klopfen auf der Unterseite hohl klingen. Das Brot mit Hilfe einer Holzgabel aus dem Topf heben. Auf einem Gitter auskühlen lassen.

Tipp:

Das Brot kann auch mit anderem Mehl zubereitet werden. Nicht mehr als einen Drittel Vollkornmehl verwenden, sonst geht der Teig zu wenig auf.