

Ruchmehl Brot



Rezept für ein dunkles Brot mit unserem Weizen-Ruchmehl.

Zutaten:

1 kg La mäh la Ruch Spezial Mehl
30 ml Olivenöl
30 g Salz
10 g Germ
800 ml Wasser

Zubereitung:

2/3 der Wassermenge mit den übrigen Zutaten ca. 5 Minuten kneten, danach die restliche Wassermenge Schluck für Schluck hinzufügen und den Teig auskneten.

In einer Schüssel abgedeckt 30 Minuten ruhen lassen, danach dehnen und falten und weitere 30 Minuten abgedeckt ruhen lassen, nochmals dehnen und falten.

Den Teig ca. 12 Stunden im Kühlschrank aufbewahren, danach ca. 1 Stunde bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

In 4 gleich große Stücke abteilen und jedes Teigstück von allen Seiten einschlagen; auf den Teigschluss setzen. 10 Minuten ruhen lassen und dann bei 250°C ca. 10 Minuten backen, danach ca. 35 weitere Minuten bei ca. 200°C backen.