

• Der einfachste und schnellste Weg, Sauerteigbrot herzustellen •

Bevor Sie beginnen, lesen Sie das gesamte Rezept, um die Mengen und Zeiten zu antizipieren

WIE SIE IHR BROT ZUBEREITEN

1. Geben Sie **Tüte 1** und **Tüte 2** Masa Mater, **500 g Mehl**, **10 g feines Salz** und **400 ml Wasser** in eine Schüssel. Sie können auch Vollkornmehl verwenden, in diesem Fall empfehlen wir, 50 ml mehr Wasser hinzuzufügen. Im Winter empfehlen wir Ihnen, das Wasser vor dem Start etwas zu erhitzen (handwarm).
2. **Rühren** Sie die Masse mit einem Löffel. Optional: Fügen Sie einen Esslöffel Honig oder braunen Zucker hinzu, um sich natürlicherweise im Sauerteig bildende Säure etwas abzumildern.
3. Im Anschluss wird der Teig **mehrmals geknetet** (2 Minuten Kneten + 15 Minuten Pause). Wiederholen Sie diesen Vorgang 3 Mal. Um zu vermeiden, dass der Teig klebrig wird, befeuchten Sie Ihre Hände, aber fügen Sie kein weiteres Mehl hinzu. [Hier](#) zeigen wir Ihnen wie!
4. **Die erste Fermentation: Der Teig wächst!** Rollen Sie den Teig zu einer Kugel und geben Sie ihn in einer mit Öl gefetteten Schüssel. Lassen Sie es eine Stunde lang gären. Bedecken Sie die Schüssel im Anschluss mit einer Plastik- oder Frischhaltefolie.
5. Streuen Sie Mehl auf Ihre Arbeitsfläche und bringen Sie den Teig in die gewünschte **Form**.
6. **Zweite Gärung: nicht mehr kneten!** Bedecken Sie die Schüssel im Anschluss mit einer Plastik- oder Frischhaltefolie. Er wird dadurch weiter aufgehen. Im Sommer ist eine Stunde ausreichend. Im Winter sollte der Teig mindestens 1-2 Stunden stehen. Derweil heizen Sie den Ofen zusammen mit dem Backblech 30 Minuten lang bei maximaler Temperatur (250 °C) vor.
7. **Schneiden** Sie das Brot mit einem scharfen Messer oder einem Cuttermesser in der oberen Fläche etwas ein, bevor Sie es in den Ofen geben. [Hier](#) zeigen wir Ihnen wie!
8. Der Ofen sollte nur mit Unterhitze und ohne Umluft eingeschaltet sein. Wenn Ihr Ofen diese Option nicht hat, können Sie ein weiteres Ofenblech nutzen, um die Wärme des oberen Heizelements abzumildern. Senken Sie die Temperatur auf **230°C**. Legen Sie das Brot mit Hilfe eines Papierbodens in den Ofen (Sie können hier Karton oder Backpapier nutzen). **Gießen Sie ein halbes Glas Wasser** direkt auf den unteren Teil des Ofens, um ausreichend Feuchtigkeit zu gewährleisten (Gießen Sie das Wasser NICHT in das Tablett, in dem sich das Brot befindet).
9. Verringern Sie nach **20 Minuten** die Temperatur auf **180 °C** und wählen Sie nun die **Option Ober- UND Unterhitze** (keine Umluft). Wenn Ihr Ofen diese Option nicht hat, nutzen Sie nur Unterhitze.
10. Öffnen Sie den Ofen für einige Sekunden, um den Feuchtigkeitsüberschuss zu beseitigen. Danach schließen Sie den Backofen und lassen das Brot für **30 weitere Minuten** backen oder alternativ solange, bis die Kruste goldbraun ist (wenn Sie mehrere Brote statt nur einem machen, sollte die Backzeit etwas verkürzt werden).
11. Nehmen Sie das Brot aus dem Ofen. Lassen Sie es auf einem Rost **abkühlen**, damit der Boden nicht feucht wird.

ES IST NOCH EINFACHER MIT EINEM BROTBACKAUTOMATEN:

1. Geben Sie eine Tüte 1 und Tüte 2 *Masa Mater* in den Brotbackautomaten, sowie 500 g Mehl Ihrer Wahl, 400 ml Wasser, 10 g Salz und optional: 30 g Walnüsse, 30 g Rosinen und ein Esslöffel Honig. Sie können auch Vollkornmehl verwenden, in diesem Fall empfehlen wir, 50 ml mehr Wasser hinzuzufügen. Im Winter empfehlen wir Ihnen, das Wasser vor dem Start etwas zu erhitzen (handwarm).
2. Wählen Sie das Grundprogramm Kneten, Ruhen und Backen (Grundbrot oder Weißbrot) und fertig!