

Sauerteigbrot mit Blaubeeren

Zutaten:

- ca. 350 g warmes Wasser
 - 300 g Weizenmehl Typ 550
 - 200 g Weizenvollkornmehl
 - 100 g Roggensauerteig
 - 2 TL Salz
 - ca. 50 g Ahornsirup
 - ½ TL Trockenhefe
- ca. 200 TK Heidelbeeren



So gehts:

Alle Zutaten, bis auf die Heidelbeeren in eine Schüssel geben und mit einer Küchenmaschine gut verkneten.

Dann den Teig in eine leicht geölte, größere Schüssel mit Deckel geben. Bei Zimmertemperatur ca. 2 Std. gehen lassen, dabei 3x dehnen und falten.

Danach mit dem Deckel verschließen und über Nacht in den Kühlschrank stellen.

Am nächsten Morgen den Backofen auf 220 Grad vorheizen. Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und auf etwas Mehl auskippen.

Mit einer Teigkarte die Heidelbeeren unterheben und in den Teig einarbeiten. Eine Kastenform einfetten und den Teig zu einem Laib formen und hineingeben.

Den Teig noch ca. 1-2 Stunden bei Zimmertemperatur gehen lassen, bis der Teig den Rand erreicht hat. Inzwischen den Backofen auf 220 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Ca. 20 min mit Dampf und ca. 35 min bei 185 Grad backen.

Dann aus der Kastenform nehmen und noch ca. 30 min im ausgeschalteten Backofen ruhen lassen. Danach das Brot auf einem Gitter abkühlen lassen. Es schmeckt richtig lecker mit Frischkäse oder Butter.

