

Hafer-Brötchen mit 2 Vorteigen und Vollkornanteil

Quellstück/Brühstück: 6 Std. bei Raumtemperatur

75g Haferflocken angeröstet

100g Wasser und 14 g Salz in die heiße Pfanne geben

Haferflocken in Wasser einrühren und dann abgedeckt im Raum stehen lassen.

14 g Salz aus dem Hauptteig

Poolish: 6 Std. bei Raumtemperatur

50 g WZ Caputo Integrale

50 g Wasser

0.5g frische Hefe

Abgedeckt im Raum reifen lassen.

Sauerteig: 6 Std. bei 28° fallend auf 24° oder warmer Raumtemperatur

15 g Anstellgut

50 g WZ Caputo Integrale

40 g Wasser

Abgedeckt warm bei ca. 28°

Hauptteig:

Poolish

Sauerteig

Quellstück (später)

225 g WZMehl

100 g Caputo Integrale

25 g Roggen 997

200 g Wasser (+)

10 g Butter

Salz ist im Quellstück!

Teig gut auskneten (Fenstertest), dann Quellstück, Bassinagewasser und Butter nacheinander unterkneten.

Bis zur knappen Volumenzunahme, gut 30%

2 x S&F

In einer geölten Schüssel ÜNG 12-24 Std. Bei mir waren es - weil's nicht anders passte - 36 Std..

Teiglinge abstechen, mit Wasser besprühen, in Haferflocken wälzen und auf der Flockenseite 15 Min. entspannen lassen. Dann umdrehen und bis zur Vollgare stehen lassen, 30-45 Min..

Backofen vorheizen auf 260°, nach dem Einschießen u. Bedampfen auf 235° herunterregeln.

Nach 10 Min. Dampf ablassen und die Brötchen besprühen

Insgesamt 20-25 Min. backen je nach Bräunungsgrad.