

Rustico Brot

Zubereitungszeit ca. 5 Min.
Backzeit ca. 50 Min.
Ruhezeit 6-8 Stunden oder über Nacht

Zutaten:

200g	Rustico Mehl
350 g	Ruch Mehl
1-2TL	Salz (nach Geschmack)
20g	Hefe
320g	Wasser, zimmerwarm
30g	Kürbiskernen, Sonnenblumenkernen oder beliebige Kernen



Zubereitung

1. alle Zutaten bis und mit Wasser in den Mixtopf geben und **3 Min./ Knetmodus kneten**.
2. Kürbis- und Sonnenblumenkernen begeben und **30 Sek./ Knetmodus** einschalten.
3. Den Teig herausnehmen und in einem Gefäß mit feuchtem Tuch abdecken oder in ein Tupperware für mindestens 6-8 Stunden aufgehen lassen. Ich empfehle die erste Stunde in der Küche bei zimmerwarmer Temperatur gehen zu lassen und danach den Teig im Kühlschrank für 6 Stunden oder über Nacht gehen lassen.
4. Den Teig rausnehmen und für mindestens eine Stunde bei zimmerwarmer Temperatur ruhen lassen.
5. Teig nochmals gut von Hand durchkneten, dann beliebig Formen. Das Brot mit Wasser bepinseln und einschneiden. Dann auf ein Backblech, im Steamer, im Römertopf oder in die Ultra Pro Backform von Tupperware.
6. Backofen auf **210 Grad** einschalten. Eine halbe Stunde nochmals gehen lassen und in den Ofen geben.
7. Bei **210 Grad** für **40 Min.** backen. Nach **40 Min.** reinschauen und je nach Backart **10 Min.** dazugeben. Beim Römertopf oder bei der Ultra Pro Backform **10. Min** ohne Deckel.
8. Rausnehmen auskühlen lassen und dann frisch geniessen.

TIPP

Je länger Sie den Teig ruhen lassen umso geschmackvoller wird das Brot, Ich backe meine Brote immer im Ultra Pro, Römertopf oder im Steamer. Durch den Dampf oder die indirekte Wärme bekommen die Brote eine schöne Kruste, so wie beim Bäcker. Das Mehl, das ich verwende, hole ich immer frisch aus einer Schweizer Mühle.