

Bauernbrot mit duftenden Gewürzen



Zutaten:

Zutaten (für einen Brotlaib)

- 100 g Weizenmehl (Typ 405)
- 10 g Zucker
- 10 g Trockenhefe
- 130 ml lauwarmes Wasser
- 150 g Weizenvollkornmehl
- 250 g Roggenmehl
- 200-250 ml lauwarmes Wasser
- 75 g Natur-Sauerteig
- 1-2 EL Honig
- 2-3 EL Sonnenblumenkern
- 2 EL gemahlene Kürbiskerne
- 10 g Salz
- Gewürzmischung aus 1/2 TL Koriandersamen, 1/2 TL Kümmel, 1/2 TL Fenchelsamen, etwas Muskatnuss (alles im Mörser grob gemahlen)



Zubereitung

1. Aus 100 g Weizenmehl, Zucker, Trockenhefe und 150 ml lauwarmen Wasser einen Vorteig mischen. Diesen Teig an einem warmen Ort 30-40 Minuten gehen lassen.
2. Sobald der Teig gut aufgegangen ist, die restlichen Zutaten untermengen und gut kneten.
3. Den Teig zu einem länglichen Laib formen und auf ein bemehltes Blech geben (eventuell Backpapier unterlegen).
4. Den Teig nochmals 45 Minuten abgedeckt gehen lassen.
5. Den Backofen auf 220°C (Umluft) vorheizen. Das Brot einschieben und 15 Minuten backen. Dabei 1 Tasse Wasser auf den Boden des Backofens gießen.
6. Nach 15 Minuten den Backofen auf 180°C zurückschalten (Ober- und Unterhitze). Das Brot weitere 45-55 Minuten kross backen. Während der Backzeit noch zweimal eine Tasse Wasser in den heißen Backofen schütten.
7. Nach der Backzeit das Brot aus dem Ofen nehmen und auf ein Gitter legen. Die heiße Oberfläche mit kaltem Wasser bestreichen und das Brot abkühlen lassen.