Rezept des Backhauses in Kooperation mit dem Weltladen Großkrotzenburg

Fairtrade Nussbrot mit Aprikosen

*** Die markierten Produkte sind im Weltladen Großkrotzenburg erhältlich.**

Zutaten:

200 g Roggenvollkornmehl
500 g Weizenmehl Type 550
200 g Weizenmehl Type 1050
100 g Rotkornweizen (Vollkornmehl)
800 g Wasser
10 g Sauerteiganstellgut
22 g **Fairtrade Salz***
200 g **Fairtrade Nüsse***
100 g **Fairtrade getrocknete Aprikosen***
16 g Hefe

Zubereitung:

1. Tag Sauerteig: 100 g Roggenvollkornmehl mit dem Anstellgut und 100 g Wasser verrühren und bei Raumtemperatur 12 - 16 Stunden stehen lassen.

2. Tag: Für das **Kochstück** 500 g Wasser aufkochen, 100g Roggenvollkornmehl mit 100g Weizenmehl Type 550 unterrühren bis die Masse bindet, danach abkühlen lassen.
Getrocknete Aprikosen und Nüsse grob hacken und Nüsse in einer Pfanne ohne Fett leicht anrösten.

Für den **Hauptteig** den Sauerteig, das Kochstück mit 400 g Weizenmehl Type 550, 200 g Weizenmehl Type 1050 und dem Rotkornweizen sowie der Hefe und dem Rohrzucker 12 Minuten kneten.
200 g Wasser dabei nach und nach hinzugeben.
Salz, Nüsse und Aprikosen hinzugeben und eine weitere Minute kneten.

Den Teig ca. 30 Minuten gehen lassen und dann über Nacht im Kühlschrank ruhen lassen.

3. Tag: Den Teig 1-2 Stunden akklimatisieren lassen. 80 g Stücke abwiegen und zu Stangen rollen. Diese 30 Minuten gehen lassen und mit einem scharfen Messer einmal schräg einschneiden.

Bei 240°C ca. 30 Minuten backen.

Nach dem Backen auf einem Gitterrost auskühlen lassen.