

# Roggenbrot



## Zutaten

Butter zum Einfetten

650g Roggen oder Roggenmehl

100g Sonnenblumenkerne

1 Pkg. Sauerteig, flüssig (75g),

z.B. von Seitenbacher

1 Würfel Hefe (40g)

3 TL Salz

600g Wasser

20g Balsamico

15g Zuckerrübensirup

## Zubereitung

Kastenform (12 x 30 cm) einfetten

150g Roggen in den Mixtopf geben, 40 Sek. auf Stufe 10 schroten und in eine größere Schüssel umfüllen, 250g Roggen in dem Mixtopf geben und 1 Min. / Stufe 10 mahlen und ebenfalls in die Schüssel umfüllen, 250g Roggen in dem Mixtopf geben und 1 Min. / Stufe 10 mahlen.

Zerkleinerten Roggen, Sonnenblumenkerne, Sauerteig, Hefe, Salz, Wasser, Essig und Sirup zugeben, mit Hilfe des Spatels 3 Min. / Knetstufe kneten,

Teig in die Kastenform geben und abgedeckt an einem warmen Ort 45 Minuten gehen lassen.

In dieser Zeit Backofen auf 220°C vorheizen.

Brot 40-45 Minuten (220°C) backen, ggf. nach 30 Min. mit Backpapier abdecken, aus der Form nehmen, auf ein Kuchengitter geben und abkühlen lassen.