

## ***Bergmanns Glück (RoWei5KornVollkornbrot)***

### ***Am Vorabend:***

***200 g Roggenvollkornmehl, 200 g Wasser, 100 g Anstellgut vermengen und über Nacht an einem warmen Ort stehen lassen***

***100 g 5-Korn-Flocken, 150 g Wasser, 2 TL Salz vermengen und ebenfalls über Nacht quellen lassen***

### ***Am Backtag:***

***20 g Hefe in 100 g Wasser (etwa 37° C) auflösen***

***200 g RVM, 200 g WVM, 1 TL Backmalz, 1 TL Brotgewürz***

***und die Zutaten vom Vortag (dran denken von Sauerteig 2 große Löffel voll wegnehmen für das nächste Brot)***

***5 Minuten in der Küchenmaschine langsam kneten.***

***½ Stunde abgedeckt mit Folie ruhen lassen***

***dann von Hand 6-8 x falten (das geht gut mit geölten Händen und der Arbeitsfläche) – zu einem Laib formen, einschneiden und in den Römertopf oder Zaubermeister geben – Deckel drauf und nochmals 1 – 1 1/2 Stunden gehen lassen***

***In den kalten Backofen stellen – 220° C Ober-Unterhitze einstellen und 60 Minuten backen – nach 45 Minuten den Deckel abnehmen und weiterbacken.***

***Ein herrlich lockerer Teig – genau das richtige für den Bergmann – aber auch für uns!***