

Ruchbrot

1 kg Bio-Ruchmehl
20 g Salz
½ Würfel Hefe frisch
6 dl Wasser



Mehl und Salz in eine Schüssel geben und eine Mulde formen. Hefe in handwarmem Wasser auflösen und dazugeben. Den Teig 15 - 30 Minuten kneten.

Teig mit einem feuchten Küchentuch zudecken und auf das Doppelte aufgehen lassen (ca. 4-5 Stunden).

Teig halbieren, 2 Brote formen und nochmals 30 Minuten zugedeckt auf dem Backblech ruhen lassen.

Backofen auf 250 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine ofenfeste Form mit 0.5 dl heissem Wasser zum Verdampfen neben das Brot auf das Blech legen.

Brote einschneiden und auf der zweituntersten Rille in den Ofen schieben.

Temperatur auf 200 Grad reduzieren und die Brote während 40-45 Minuten backen.

Brote nach dem Backen zum Auskühlen auf ein Gitter legen.

