

Umrechnung von Backprofis Bio-Roggenvollkornsauerteig auf Natursauerteig

Wenn Sie lieber Ihren eigenen Natursauerteig anstatt des Trockensauerteigs verwenden, können Sie ganz einfach das Rezept umrechnen:

Bio-Bauernbrot mit Backprofis Bio-Roggenvollkornsauerteig

465 g	Wasser (32 °C)
33 g	Backprofis Bio-Roggenvollkornsauerteig
1 Pkg.	Trockenhefe oder ½ Würfel frische Hefe
417 g	Bio-Roggenmehl Type 960
179 g	Bio-Weizenmehl Type 480 Universal oder Type 1600
12 g	Salz
6 g	Backprofis Bio-Gerstenmalzmehl
3 g	Bio-Fenchelsamen (ganz)

Rechnen Sie nun die Mengenangabe für den Trockensauerteig x 5: **33 g Backprofis Bio-Roggenvollkornsauerteig x 5 = 165 g Natursauerteig.**

Diese 165 g Natursauerteig bestehen aus 82,5 g Wasser (aufgerundet 83 g) und 82,5 g (abgerundet 82 g) Roggenmehl. Diese beiden Mengen müssen Sie bitte beim Rezept in Abzug bringen (Wasser: 465 - 83 = 382; Roggenmehl: 417 - 82 = 335).

Also sieht unser Rezept mit Natursauerteig wie folgt aus:

382 g	Wasser (32 °C)
165 g	Natursauerteig
335 g	Bio-Roggenmehl Type 960
179 g	Bio-Weizenmehl Type 480 Universal oder Type 1600
12 g	Salz
6 g	Backprofis Bio-Gerstenmalzmehl
3 g	Bio-Fenchelsamen

ergibt 1082 g Brotteig

Um genau 1 kg Brot zu bekommen, benötigen wir ca. 1150 g Teig, denn durch den Gär- und Backverlust verlieren wir ca. 12–15 % an Gewicht. Nun müssen wir das Rezept noch einmal berechnen.

1150 g Brotteig ist unser gewünschtes Teiggewicht. Ich dividiere das gewünschte Teiggewicht (1150 g) durch das Rezeptgewicht (1082 g). Das Ergebnis ist die sogenannte Schlüsselzahl, in diesem Fall 1,06. Jetzt muss ich alle angegebenen Zutaten mit dieser Schlüsselzahl multiplizieren. So kommen wir auf folgendes Ergebnis (gerundet):

Bio-Bauernbrot mit Natursauerteig

405 g	Wasser
175 g	Natursauerteig
355 g	Bio-Roggenmehl Type 960
190 g	Bio-Weizenmehl Type 480 Universal oder Type 1600
12 g	Salz
6 g	Backprofis Bio-Gerstenmalzmehl
3 g	Bio-Fenchelsamen (ganz)

ergibt 1146 g Brotteig

Zur Sicherheit folgt noch ein zweites Rezept zum Umrechnen.

Bio-Jägerstollen

450 g	Wasser (32 °C)
42 g	Backprofis Bio-Roggenvollkornsauerteig
1 Pkg.	Trockenhefe oder ½ Würfel frische Hefe
528 g	Bio-Roggenmehl Type 960
59 g	Bio-Dinkelmehl Type 700 glatt
12 g	Salz
6 g	Backprofis Bio-Gerstenmalzmehl
18 g	Bio-Schweineschmalz

42 x 5 = 210 g Natursauerteig; 105 g davon sind Wasser und 105 g Roggenmehl, werden also abgezogen (Wasser: 450 - 105 = 345; Roggenmehl: 528 - 105 = 423.)

345 g	Wasser (32 °C)
210 g	Natursauerteig
423 g	Bio-Roggenmehl Type 960
59 g	Bio-Dinkelmehl Type 700 glatt
12 g	Salz
6 g	Backprofis Bio-Gerstenmalzmehl
18 g	Bio-Schweineschmalz

ergibt 1073 g Brotteig

Umrechnung mit der Schlüsselzahl: gewünschtes Teiggewicht (1150) durch das Rezeptgewicht (1073) = Schlüsselzahl: 1,07

Bio-Jägerstollen mit Natursauerteig

370 g	Wasser (32 °C)
225 g	Natursauerteig
453 g	Bio-Roggenmehl Type 960
63 g	Bio-Dinkelmehl Type 700 glatt
13 g	Salz
6 g	Backprofis Bio-Gerstenmalzmehl
19 g	Bio-Schweineschmalz

ergibt 1149 g Brotteig