

Sauerteig Meister Guide

Backe Brot wie ein Profi – Schritt für Schritt Anleitung

In diesem Guide lernst du:

- 1 Wie du perfekten Sauerteig startest
- 2 Die richtige Technik für luftiges Brot
- 3 Fehler vermeidest wie ein Profi
- 4 Ein Rezept mit exakten Mengenangaben

1. Die Grundlagen

Sauerteig besteht aus Mehl und Wasser, fermentiert durch natürliche Hefen. Das Ergebnis: besserer Geschmack, gesünderes Brot und längere Haltbarkeit.

2. Einfaches Rezept

- 1 500g Mehl
 - 2 350ml Wasser
 - 3 100g Sauerteig Starter
 - 4 10g Salz
-
- 1 Alle Zutaten mischen und 30 Minuten ruhen lassen
 - 2 Teig falten (3-4 Mal)
 - 3 In Gärkorb legen und 12h ruhen lassen
 - 4 Bei 230°C backen (ca. 40 Minuten)

3. Häufige Fehler vermeiden

- 1 Zu kurze Gehzeit
- 2 Zu hohe oder niedrige Temperatur
- 3 Falsche Hydratation
- 4 Ungeduld beim Backen

Starte jetzt!

■ Entdecke das hochwertige Sauerteigkorb Set auf Amazon und bring dein Brot auf das nächste Level.