



Roggenherzen

Zutaten (ca. 12-15 Herzen, je nach Größe)

Für den Vorteig:

- 100 g Roggenvollkornmehl
- 75 g flüssiger Natursauerteig
- 100 ml lauwarmes Wasser

Für den Hauptteig:

- 1 Pkg. Trockenhefe
- 350 ml lauwarmes Wasser
- 500 g Roggenmehl 960
- 2 gestrichene TL Salz



Zubereitung

1. Am Vortag die Zutaten für den Vorteig gut verrühren und abgedeckt bei Zimmertemperatur 12-14 Std. (oder über Nacht) reifen lassen.
2. Für den Brotteig am nächsten Tag alle Zutaten und den am Vortag bereiteten Vorteig zusammenmischen. Den Teig ca. 8-10 Min. in der Küchenmaschine oder von Hand durchkneten.
3. Den fertigen Teig auf die bemehlte Arbeitsfläche geben und abgedeckt 30 Min. bei Zimmertemperatur gehen lassen. Zwischendurch zwei- bis dreimal rund wirken, damit er eine wollige Struktur bekommt.
4. Den Teig mit dem Nudelholz ca. 3 cm dick ausrollen und mit einem gut bemehlten Herzausstecher die Herzen ausstechen.
5. Inzwischen den Backofen auf 230 °C vorheizen, Schüssel mit Wasser ins Rohr stellen, dabei zwei Backbleche mit erhitzen. Sobald die Temperatur erreicht ist, die Backbleche herausnehmen, mit Backpapier belegen und die Herzen darauflegen. Ca. 18-20 Minuten sehr kross backen.