

SAUERTEIGFERMENTER



BEREITEN SIE SICH AUF DAS SAUERTEIGBACKEN VOR.

Bereiten Sie Sauerteigstarter mit dem Sauerteigfermenter zu und backen Sie natürlich gesäuertes Brot mit mehr Geschmack und Duft.

SCHLIESST EIN

DE



FASSUNGSVERMÖGEN

Kefirko-Glas hat ein Volumen von 900ml.



MEHRZWECKBEHÄLTER MIT DECKEL

Er fungiert als Deckel, Messbecher und Aufbewahrungsbecher des Sauerteig-Fermenters. Die Markierungen an der Seitenwand des Bechers (Tassen/Gramm und Milliliter) helfen Ihnen, Wasser und Mehl bei jeder Befüllung des Starters genau abzumessen. Der Becher, der das Glas abdeckt, ermöglicht den Luftstrom und hilft, die lebenden Kulturen in Ihrem Sauerteigstarter zu fördern.

AUFBEWAHRUNG DES STARTERS

Sicher aufbewahrt im Mehrzweckbehälter mit Deckel ist der Sauerteigstarter immer bereit für das kommende Backen. Um sicherzustellen, dass der Starter niemals verhungert, verwenden Sie die Gärungsuhr, um den Zeitpunkt der letzten Befüllung zu markieren. Wenn Sie den Starter bei Raumtemperatur lagern, befüllen Sie ihn einmal täglich, wenn Sie ihn im Kühlschrank lagern, befüllen Sie ihn einmal pro Woche.

MESSBECHER

Einfach zu handhabender 5-ml-Löffel zum Abwiegen von Salz oder Wasser während der Anfangsfüllung. Die Form erleichtert das Abwischen des Löffels nach dem Mischen des Starters.

GUMMIBAND

Markieren Sie vor dem Aufgehen die Anfangshöhe des Sauerteigansatzes. Sie werden sehen, wenn sich der Starter verdoppelt hat und zum Backen bereit ist.









AUFBEWAHRUNGSDECKEL

Bringen Sie die Verschlusscheibe am Ring des Sauerteig-Fermenters an, um das Glasgefäß zur Aufbewahrung von Sauerteig oder anderen Fermenten, die Sie im Kühlschrank aufbewahren möchten, abzudecken.

PFLEGE DES SAUERTEIG-FERMENTERS



-  Waschen Sie vor dem ersten Gebrauch alle Teile mit warmem Seifenwasser. Das Waschmittel gründlich ausspülen. Die Komponenten des Fermenters sollten von Hand gewaschen werden.
-  Verwenden Sie Wasser und eine sanfte Küchenbürste, um den Fermenter oder die Tasse zu reinigen, wenn der Teig an den Wänden getrocknet ist. Verwenden Sie niemals Drahtreinigungsbürsten oder scharfe Gegenstände.
-  Beim Fermentieren vor direkter Sonneneinstrahlung schützen und von Wärmequellen in der Küche fernhalten.
-  Der farbige Ring hat auf der Innenseite einen Dichtungsring, entfernen Sie ihn, wenn Sie den Ring zusammen mit der Verschlusscheibe verwenden möchten, um den Aufbewahrungsdeckel herzustellen.
-  Nehmen Sie nach Gebrauch die Dichtung unter dem Ring heraus und waschen Sie beide Teile in Seifenwasser. Vor dem Wiedereinsetzen ins Glas vergewissern Sie sich, dass beide trocken sind.
-  Bioplastik wird zur Herstellung aller Kunststoffkomponenten verwendet. Dies weist darauf hin, dass ihre Herstellung umweltfreundlicher ist, da sie aus organischem Material bestehen. Die Bioplastikbestandteile müssen mit dem Kunststoffabfall entsorgt werden.

WIE ANFANGEN

Sie benötigen einen **aktiven** Sauerteigstarter, um Ihre Sauerteigbackreise zu beginnen. Aktivstarter hat einen hefigen Geruch und Blasen. Nach der Fütterung verdoppelt sich schnell das Wachstum.

WIE BEKOMMT MAN IHN?

Option 1: Entweder haben Sie einen ruhenden Starter in Ihrem Kühlschrank oder jemand gibt Ihnen eine winzige Portion seines Starters. Dadurch erhalten Sie einen lebenden Starter, den Sie nach ein- oder zweimaliger Befüllung in Rezepten verwenden können.

Option 2: Kaufen Sie getrockneten Sauerteig (siehe das Kefirko Bio-Sortiment) Sie erhalten einen pulverförmigen Starter, der zuerst aktiviert werden muss. Dies kann einige Tage dauern (2-3).

Option 3: Machen Sie Sauerteigstarter von Grund auf neu. Dieser Prozess dauert am längsten, da ein lebender Starter hergestellt werden muss, indem die Mikroorganismen des Mehls mindestens sieben Tage lang gefüttert werden.

OPTION 2:

Aktivierung des getrockneten Starters (Kefirko Bio-Sauerteigstarter)

1. 15 g getrockneten Sauerteig + 25ml lauwarmes Wasser + 30g Mehl mischen und 6 bis 8 Stunden ruhen lassen.
2. 25ml lauwarmes Wasser + 30g Mehl hinzugeben und 12 bis 16 Stunden ziehen lassen.
3. 60ml lauwarmes Wasser + 60g Mehl hinzugeben. 12 Std. ruhen lassen.
4. Verwerfen $\frac{1}{2}$ der Mischung und wiederholen Sie Schritt 2, bis der Sauerteigstarter aktiv ist.

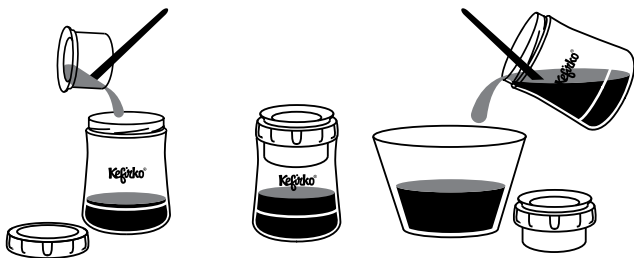
OPTION 3:

Den Sauerteigstarter von Grund auf neu machen:

1. Mischen Sie 30g Mehl + 30ml lauwarmes Wasser in einem Glas.
2. Nach 48 Std. mit 30g Mehl + 30ml Wasser befüllen. 24 Stunden lang ruhen lassen
3. Verwerfen Sie die Hälfte des Starters und befüllen Sie ihn mit 30g Mehl + 30 ml Wasser. 24 Std. ruhen lassen.
4. Wiederholen Sie Schritt 3 jeden Tag für mindestens sieben Tage, bis der Starter aktiv ist.

MIT DEM BACKEN BEGINNEN

Sobald Sie einen aktiven Sauerteigstarter haben, müssen Sie Hefe zum Backen herstellen. Dies ist die Menge an Sauerteigstarter, die für das Rezept, das Sie zubereiten möchten, benötigt wird. Levain wird mit der gleichen Mehlsorte zubereitet, die auch im Rezept benötigt wird. Die Schritte sind immer gleich:



1.

**STARTER
FÜTTERN**

2.

**FERMENTIEREN
LASSEN**

3.

**MIT DEM BACKEN
BEGINNEN**

FERMENTIERUNGSZEITRAUM

Eine allgemeine Beschreibung der Schritte, die erforderlich sind, um feinstes Sauerteigbrot zuzubereiten. Es kann einige Modifikationen für verschiedene Arten des Backens geben, wie z. B. süßes Sauerteig- oder Gebäckbacken. Dieser Stundenplan bezieht sich auf die Brotzubereitung.

AKTION	NÖTIGE ZEIT
Sauerteig machen	7-10 Stunden
Autolyse	1 Stunde
Sauerteig hinzufügen	-
Dehnen & Falten, Massenanstieg	2-3 Stunden (alle 30 Minuten)
Formen	-
Abschließendes Gehen	3-4 Stunden
Ritzen & Backen	1 Stunde

Der Backplan sollte je nachdem angepasst werden, wann Ihre Backwaren fertig sein sollen. Soll Ihr Brot beispielsweise am Samstag um 16:00 Uhr gebacken werden, beginnen Sie am Freitagabend mit der Zubereitung des Hefeteigs mit Aktivsauerteig. Aktivieren Sie Ihren Starter am Freitagmorgen, wenn er im Kühlschrank inaktiv war.

EINFACHES WEISSBROTREZEPT

Zutaten:

1. 500g Weizenmehl + 30g für Sauerteig
2. 350ml Wasser + 25ml für Sauerteig
3. 10 g aktiver Sauerteig starter
4. 10g Salz

Sauerteig machen: 10g Sauerteigstarter, 30ml Wasser und 30g Mehl im Sauerteig-Fermenter-Glas vermengen. Bei Zimmertemperatur fermentieren lassen, bis die doppelte Größe erreicht wird (7-10 Stunden).

Autolyse: In einer großen Knetschüssel 350 ml lauwarmes Wasser mit 500 g Mehl. Etwa eine Stunde ruhen lassen. Enzyme im Mehl bauen Stärke und Proteine während der Ruhezeit ab, was zu einer besseren Krume und Feuchtigkeit im Brot führt. Dieser Vorgang wird als Autolyse bezeichnet.

Sauerteig hinzufügen: Nach der Autolyse den Sauerteig dazu mischen, und 10 g Salz.

Dehnen & Falten: Das Dehnen und Falten findet nun für die nächsten zwei bis drei Stunden statt. Den Teig mit den Händen alle 30 Minuten erweitern und falten.

Formen: Nach dem letzten Dehnen und Falten das Brot mit den Händen in die gewünschte Form bringen (Boule, Baguette, Batard) und abdecken, um mit dem abschließenden Gehen fortzufahren.

Abschließendes Gehen: Dies kann bei Raumtemperatur (3-4 Stunden) oder im Kühlschrank (über Nacht) erfolgen. Der Teig sollte sich mindestens verdoppeln.

Ritzen & Backen: Nehmen Sie das Brot heraus und schneiden Sie es vor dem Backen mit einem Schneidmesser. Das Einritzen ist entscheidend, da das Brot im Ofen aufgeht und das Einritzen verhindert, dass die Kruste bricht. In eine vorgeheizte Pfanne (Dutch Oven) geben und im Ofen backen (ca. 1 Stunde). Zuerst 45 Minuten bei 240 °C bedeckt, dann 15 Minuten bei 220 °C offen. Goldbraun backen.

TIPPS



Schrauben Sie den Becher auf den Ring, wenn Sie ihn verriegeln möchten. Dadurch wird der Luftstrom im Glas während der Gärung verhindert. Wenn es losgeschraubt wird, wird der Luftstrom aktiviert.



Der Becherdeckel und die Verschluss Scheibe werden aus Silikon gefertigt, damit sie sich während der Gärung an die Gasbildung im Behälter anpassen können. Ihr Ferment ist sehr aktiv, wenn Sie sehen, wie sich der Deckel zu heben oder zu explodieren beginnt.



Verwenden Sie zum Abmessen die Markierungen an den Seitenwänden des Bechers oder den Messlöffel für kleinere Mengen.



Der Mehrzweckbehälter eignet sich perfekt zur Aufbewahrung der Vorspeise in Ihrem Kühlschrank. Decken Sie ihn mit dem kleinen Silikonbecherdeckel ab und stellen Sie ihn auf das Kühlschrankregal. Es wird sicher auf Ihr nächstes Backen warten.

AUSWAHL DES MEHLS

Beim Backen mit Sauerteig ist die Qualität der Zutaten wichtig. In der Hauptkomponente, dem Mehl, befinden sich die aktiven Mikroben für die Fermentation.

Wie wähle ich das Mehl aus, das für die Sauerteigherstellung verwendet wird?

Da behandeltes und gebleichtes Weizenmehl frei von lebenden Mikroorganismen ist, ist es wichtig, es nicht zu verwenden. Wir empfehlen die Verwendung von hochwertigem Bio-Mehl aus der Region. Am besten mahlen Sie Ihr eigenes Getreide, aber Bio-Mehl aus dem Supermarkt sollte auch funktionieren.

Welche Mehlsorte ist am Besten?

Für beste Ergebnisse können Sie immer verschiedene Sorten auswählen. Jede Mehlsorte sollte mit Sauerteig funktionieren, aber wenn Sie mit dem Starter bei Null anfangen, kann Vollkorn- oder Roggenmehl den Prozess beschleunigen. Sobald Ihr Starter aktiv ist, können immer verschiedene Mehlsorten verwendet werden. Wichtig ist, dass Sie den Starter mit der gleichen Mehlsorte füttern, mit der Sie backen möchten.

Funktioniert glutenfreies Mehl?

Viele Menschen mit Glutenunverträglichkeit erfreuen sich an selbstgebackenem Sauerteigbrot. Im Internet gibt es jede Menge Tipps und Tricks, wie es mit dieser Mehlsorte gelingt. Das Brot aus glutenfreiem Mehl ist dichter und krümelig. Üblicherweise werden auch Zusätze in Form von Xanthan-Gummi oder Flohsamenschalen benötigt.