

# Ruisleipä – Finnisches Roggenbrot

Roggenbrot ist Finnlands Nationalspeise Nr. 1, denn in einer Abstimmung zu Ehren des 100. Jahrestags der finnischen Unabhängigkeit ist Roggenbrot zum finnischen Nationalgericht gewählt worden.

## Zutaten für 10 Brote:

### Sauerteig

- 75 ml Roggenanstellgut
- 350 ml lauwarmes Wasser
- 200 g Roggenmehl
- 120 g frisch geschrotetes 5-Korn Getreide (Original: Roggenschrot)

### Hauptteig

- Sauerteig
- 12 g frische Hefe (25 g wenn der Sauerteig nicht wirklich möchte)
- 1 TL Salz
- 1 TL ganze Kümmelkörner
- 400 g Roggenmehl



## Zubereitung:

Zunächst alle Zutaten des Sauerteigs gut miteinander vermengen, abdecken und 24 Stunden bei Zimmertemperatur stehen lassen.

Am nächsten Tag den Sauerteig im Wasserbad erneut auf 37°C erwärmen, dann die restlichen Zutaten zugeben und ca. fünf Minuten mit Knethaken & Mixer bzw. der Küchenmaschine verkneten.

Zugedeckt an einem warmen Ort (Ofen & eingeschaltete Lampe) für ca. 90 Minuten gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Anschließend den Teig mit etwas Mehl kurz durchkneten und dann in 10 Portionen teilen. Diese zu etwa flachen Scheiben (ca. 1 cm Höhe) formen (Durchmesser 10-12cm).

2 Backbleche mit Backpapier auslegen und mehrmals mit einer Gabel einstechen und erneut im warmen Backofen für 90 Minuten gehen lassen, bis sich die Höhe verdoppelt hat.

Den Backofen nun auf 225°C (Umluft) aufheizen und die Brote für 12-15 Minuten backen.

Anschließend empfehlen wir, die fertigen Brote mit einer Mischung aus 25 g geschmolzener Butter und 25 ml Milch von allen Seiten einzupinseln und abkühlen zulassen.

Sobald sich die Brote problemlos anfassen lassen, mit einem Messer rundherum einschneiden und dann in der Mitte auseinanderreißen, sodass zwei Hälften entstehen. Die Brothälften dann mit der Innenseite nach oben in ein Geschirrtuch einwickeln und so auskühlen lassen.

Durch den zugefügten Kümmel eignen sich die Brote besonders für herzhafte Beläge.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Nachbacken und Probieren.