Pusterer Breat:



Vorteig
200 g Roggenmehl
200 ml Wasser 30 °C
20 g Hefe

Teig
500 g Roggenmehl
300 g Weizenmehl
900 ml Wasser (40 °C)
20 g Hefe
20 g Salz
5 g Fenchel
5 g Kümmel
5 g Koriander
10 g Brotklee
Vorteig:
Hefe im warmen Wasser auflösen und mit dem Roggenmehl zu einem Teig verrühren und 1 Stunde bei ca. 30 °C ruhen lassen.
Fertigstellung:
Vorteig und alle weiteren Zutaten zu einem homogenen Teig kneten, mit Roggenmehl bestäuben und 15-20 min ruhen lassen. Teigballen zu ca. 150 g abbrechen, 30-40 min gehen lassen, auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen und bei 230 °C (Ober- und Unterhitze) ca. 45 min backen.