



NORAS TIPPS FÜR SAUERTEIG

VON: NORA RINGEISEN

IHR HÄTTET GERN EINEN VON
NORAS SAUERTEIG-
STARTERN?

DANN MELDET EUCH UNTER
NORA.RINGEISEN@GMX.DE

WER GERN MIT DEM BROT
BACKEN STARTEN MÖCHTE,
FINDET UNZÄHLIGE WEITERE
TIPPS UND REZEPTE AUF DER
SEITE WWW.PLOETZBLOG.DE

SAUERTEIG - ANSTELLGUT PFLEGEN

MIT EINEM SAUERTEIG-STARTER
LASSEN SICH UNENDLICH VIELE
BROTE BACKEN - WENN MAN DAS
ANSTELLGUT PFLEGT UND
VERLÄNGERT. HIER NORAS TIPPS:

DAS ANSTELLGUT SOLLTE IMMER
DANN AUFGEFRISCHT WERDEN, WENN
ES ZUM BACKEN BENÖTIGT WIRD. EIN
FRISCHES, AKTIVES ANSTELLGUT HAT
MEHR TRIEBKRAFT UND BRINGT
BESSERE ERGEBNISSE. ABER AUCH,
WENN ES NICHT GEBRAUCHT WIRD,
MUSS ES "GEFÜTTERT" WERDEN (CA.
NACH 7 TAGEN).

DIE AUFRISCHUNG:

- 50 G WASSER CA. 40-45°C
- DARAUF 50 G ROGGENMEHL TYP 1150
- DARAUF 10G ANSTELLGUT (ALTER SAUERTEIG AUS DEM KÜHLSCHRANK)

MIT EINEM SAUBEREN LÖFFEL GUT
VERMENGEN UND CA. 6-8 STUNDEN
BEI RAUMTEMPERATUR MIT DECKEL
REIFEN LASSEN (MENGE VERDOPPELT
SICH UMGEFÄHR). OBEN BILDET SICH
EINE WÖLBUNG.

BIS ZUR NÄCHSTEN VERWENDUNG /
AUFRISCHUNG WIEDER IN DEN
KÜHLSCHRANK STELLEN.

