

<b>Artikelnummer</b> 0410	<b>GTIN-Stück</b>  4 026968 004108	<b>GTIN-Verpackung</b>  4 026968 104105	<b>eco-ID</b> 26554	
------------------------------	---	--	------------------------	---

## Marke

Fontaine



## Qualität

EU Bio-Logo, Deutsche Landwirtschaft

## Öko-Kontrollstelle

DE-ÖKO-001 | BCS

## Zollrechtliche Herkunft

Deutschland (DE)

## Wechselnde Ursprungsländer

nein

## Ursprungsland/ -region Hauptzutaten

Deutschland

## Zutaten

ROGGENVOLLKORNSCHROT\*, Wasser und Sauerteigkulturen.

enthält folgende allergene Zutaten: Gluten

*\*aus kontrolliert ökologischer Erzeugung*

*Diese Zutatenliste entspricht einer Volldeklaration im Sinne der Richtlinien des Bundesverbandes Naturkost & Naturwaren.*

*Dieses Produkt ist nicht aromatisiert.*

## Allgemeines

Brot selberbacken hat viele Vorteile: Es macht Spaß, man kann seiner Kreativität freien Lauf lassen, ist nicht auf die Öffnungszeiten der Bäcker angewiesen und weiß immer genau, was man isst. Und: Der Duft, der durch die „Backstube“ zieht, ist einfach unvergleichlich. Zum Backen von Brot und Brötchen wird neben dem Mehl auch ein Backtriebmittel benötigt.

## Besonderheiten

Natur-Sauerteig ist das ideale Backtriebmittel für Roggenmehl. Da einige Stoffe im Getreidekorn die Teiglockerung beim Brotbacken erschweren, muss Roggen mit Sauerteig verarbeitet werden. Dieses Backtriebmittel macht „schwere“ Backwaren besser verträglich und verleiht ihnen eine herzhaftere Geschmacksnote. Fontaine Natursauerteig ist küchenfertig und sofort verwendbar – und erspart damit das mühsame Selberansetzen.

## Kurzbeschreibung

Natursauerteig - bereits fix und fertig und braucht nicht erst angesetzt werden



<b>Artikelnummer</b> 0410	<b>GTIN-Stück</b>  4 026968 004108	<b>GTIN-Verpackung</b>  4 026968 104105	<b>eco-ID</b> 26554	
------------------------------	---	--	------------------------	---

## Rezept, Zubereitung

Für ca. 1,5 kg Brot wird ca. 1 kg Mehl oder Schrotmischung, etwas Salz, Honig oder Zucker, lauwarmes Wasser und 1 Beutel Fontaine Natur-Sauerteig benötigt. Alle Zutaten sollten lauwarm und der Raum weder zugig noch zu kühl sein. Für den Brotteig wird nacheinander Wasser, Zucker, Fontaine Natur-Sauerteig und Salz zum Mehl bzw. zur Schrotmischung gegeben und alles zu einem gleichmäßig geschmeidigen Teig verknetet. Nach ca. 15 Minuten Ruhe den Teig nochmals kurz durchkneten und in eine Backform oder auf ein Backblech legen. Die Backzeit beträgt etwa eine Stunde. Dann das Brot aus der Form nehmen, mit Wasser bestreichen und bei unveränderter Temperatur nochmals 10 Minuten ausbacken. Auf einem Gitter auskühlen lassen.

Für Abwechslung sorgt das Einarbeiten von Brotgewürz, Leinsaat, Röstzwiebeln, getrockneten Tomaten, Kürbiskernen oder Sesamkörnern. Anis, Kümmel und Fenchelsaat machen das Brot noch bekömmlicher.

## Verarbeitungshinweis

Der Sauerteig ist bereits fix und fertig und braucht nicht erst angesetzt werden

## Hinweise zur Handhabung oder Verwendung

Für ca. 1,5 kg Brot wird ca. 1 kg Mehl oder Schrotmischung, etwas Salz, Honig oder Zucker, lauwarmes Wasser und 1 Beutel Fontaine Natur-Sauerteig benötigt. Alle Zutaten sollten lauwarm und der Raum weder zugig noch zu kühl sein. Für den Brotteig wird nacheinander Wasser, Zucker, Fontaine Natur-Sauerteig und Salz zum Mehl bzw. zur Schrotmischung gegeben und alles zu einem gleichmäßig geschmeidigen Teig verknetet. Nach ca. 15 Minuten Ruhe den Teig nochmals kurz durchkneten und in eine Backform oder auf ein Backblech legen. Die Backzeit beträgt etwa eine Stunde. Dann das Brot aus der Form nehmen, mit Wasser bestreichen und bei unveränderter Temperatur nochmals 10 Minuten ausbacken. Auf einem Gitter auskühlen lassen.

Für Abwechslung sorgt das Einarbeiten von Brotgewürz, Leinsaat, Röstzwiebeln, getrockneten Tomaten, Kürbiskernen oder Sesamkörnern. Anis, Kümmel und Fenchelsaat machen das Brot noch bekömmlicher.

## Zubereitung

TIPP: Für eine besonders knusprige Kruste eine flache Schale mit heißem Wasser mit in den Backofen stellen.

## Herstellung

Dem Gemisch aus Bio-Roggenvollkornschrot und Wasser wird eine Sauerteigkultur zugegeben. Sie besteht aus verschiedenen Bakterienstämmen, die sich bei Wärme vermehren. Durch die Abfüllung in Vakuumbutel stoppt der Vermehrungsprozess. Sauerstoff, der beim Öffnen des Beutels hinzukommt, aktiviert die Sauerteigkultur wieder. Ist die Umgebung warm genug (Zimmertemperatur), setzt sich der Vermehrungsprozess erneut in Gang. Durch die Zugabe von Zucker oder Hefe kann dieser Vorgang beschleunigt werden.

## Lager- und Aufbewahrungshinweis

Geschlossen - kühl und trocken lagern, geöffnet - sofort verwenden.

## Allergiehinweise

**nicht enthalten:** Fisch, Krebstier, Lupine, Milch, Schalenfrüchte, Sellerie, Senf, Sesam, Soja, Weichtier, Dinkel, Gerste, Hafer, Kamut, Weizen, Cashewnuss, Haselnuss, Macadamianuss, Mandeln, Paranuss, Pecanuss, Pistazie, Queenslandnuss, Walnuss, Laktose, Hefe

**enthalten:** Gluten, Roggen

**nein:** Schwefeldioxid und Sulfite > 10mg/kg

## Weitere Eigenschaften

vegan ✓ vegetarisch ✓

<b>Artikelnummer</b> 0410	<b>GTIN-Stück</b>  4 026968 004108	<b>GTIN-Verpackung</b>  4 026968 104105	<b>eco-ID</b> 26554	
------------------------------	---	--	------------------------	---

## Warengruppenspezifische Angaben

Rechtlicher Status..... Lebensmittel  
Süßung..... nicht gesüßt  
Triebmittel..... Natursauerteig

## Qualität

Bio-Erzeugnis..... ja  
Staatliche Siegel..... EU Bio-Logo  
Länderzusatz des EU-Logos..... Deutsche Landwirtschaft  
Öko-Kontrollstelle..... DE-ÖKO-001

## Gesetzliche Angaben

Zusatzstoffe, Rechtlicher Hinweis..... Keine deklarationspflichtigen Zusatzstoffe vorhanden  
Rechtliche Bezeichnung des Produkts..... Natur-Sauerteig  
Inverkehrbringer..... Fontaine Nahrungsmittel GmbH, Eichendorffstraße 17, D-89312 Günzburg

## Nährwerte & Analyseergebnisse bezogen auf 100 g

Energie kJ / kcal..... 632 kJ / 142 kcal  
Fett..... 1 g  
davon gesättigte Fettsäuren..... 0,25 g  
Kohlenhydrate..... 30 g  
davon Zucker..... 0,5 g  
Eiweiß..... 5 g  
Salz..... 0 g  
Ermittlung der Nährwerte durch..... Analyse

## Angaben zur VE (VerbrauchsEinheit / Einzel)

Verpackungsart..... Beutel  
Verpackungsmaterial..... PE

## Preise und Konditionen

Pfand..... nein