

## Rezept zum Nachbacken

### Knäckebrot mit Rote Bete-Aufstrich

ZUTATEN FÜR CA. 10 SCHEIBEN:

**Für den Sauerteig:** 40 g Roggenmehl (Type 1150)  
40 ml Wasser, 4 g Anstellgut (frischer Sauerteigansatz,  
z.B. vom Bäcker)

**Für den Hauptteig:** Sauerteig (s.o.), 170 g Buttermilch  
15 g Honig, 5 g frische Hefe oder 1,5 g Trockenhefe  
210 g Weizenmehl (Type 550), 50 g Roggenmehl  
(Type 1150, 6 g Salz

**Außerdem:** Mehl zum Arbeiten

**Für den Aufstrich:** 100 g Sonnenblumenkerne,  
250 g gegarte Rote Bete, 1 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer aus der Mühle  
Kresse zum Garnieren

ZUBEREITUNG:

1. Für den Sauerteig Roggenmehl mit Wasser und dem Anstellgut verrühren und abgedeckt 12 bis 16 Std. bei Raumtemperatur reifen lassen.

2. Für den Hauptteig den gereiften Sauerteig (siehe 1.) mit Buttermilch, Honig und Hefe in eine Schüssel geben und glatt rühren. Beide Mehlsorten und das Salz dazu geben und alles für 5 Min. auf der Arbeitsfläche zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig zur Kugel formen, in einer Schüssel abgedeckt ca. 1 Std. an einem warmen Ort gehen lassen. Den Teig nach 1 Std. dehnen und falten, wieder abdecken und weitere 30 Min. gehen lassen.

3. Den Backofen auf 230 °C vorheizen. Zwei Backbleche mit Backpapier belegen. Den Teig auf der gut bemehlten Arbeitsfläche in 10 Portionen teilen und zu Kugeln formen. Jede Teigkugel zu einem dünnen Kreis ausrollen. Die Teigkreise mehrfach mit einer Gabel einstechen und auf die Backbleche legen. Die Bleche nacheinander in den Ofen (Mitte) schieben und die Knäckebrote in jeweils 8 Min. backen.

4. Nachdem alle Brote gebacken sind, die Ofentemperatur auf 100 °C reduzieren und die Knäckebrote im Ofen für weitere 20-30 Min. trocknen, bis sie knusprig sind. Die Ofenklappe dabei einen Spaltweit offen lassen. Anschließend die Knäckebrote auf einem Gitter abkühlen lassen.

5. Für den Aufstrich die Sonnenblumenkerne in Wasser bedeckt über Nacht einweichen. Rote Bete würfeln. Die Sonnenblumenkerne abgießen und mit Rote Bete, Öl, 1 TL Salz und 2 Prisen Pfeffer in einen Mixbecher geben und mit dem Pürierstab fein pürieren. Die Knäckebrote nach Belieben mit dem Aufstrich servieren. Mit frischer Kresse garnieren.

