



## *Zutaten:*

350 g Roggenmehl  
350 ml Wasser

## *So wirds gemacht:*

### **Tag 1**

Heute verrührt ihr 100 g Mehl mit 100 g Wasser in einer Schüssel. Solange bis ein klebriger Teig entsteht. Die Masse lasst ihr die nächsten 24 Stunden bei Zimmertemperatur offen stehen – nicht zudecken!

### **Tag 2**

Euer Sauerteig wird nun wieder gefüttert. Wieder mit 50 g Mehl und 50 g Wasser. Rührt gut um, bis sich alles schön verbunden hat. Heute wird eure Masse zugedeckt aber nicht luftdicht verschlossen. Ich lege einfach einen Tupperdeckel darauf. Jetzt heißt es wieder 24 Stunden bei Zimmertemperatur ruhen.

### **Tag 3**

Läuft wie Tag 2 ;) . Es kann sein, dass euer Teig jetzt schon etwas sauer riecht. Das ist normal.

### **Tag 4**

Ist genauso wie Tag 2 und 3. Nur nicht entmutigen lassen ☐

### **Tag 5**

Heute ist großer Backtag. Ein Rezept für Sauerteigbrot findet ihr hier. Nehmt die angegebene Menge vom Sauerteig für euer Brot ab. Den Rest füttert ihr nochmal mit 100 g Wasser und 100 g Mehl. Und lasst ihn nochmal 24 Stunden bei Raumtemperatur stehen.

### **Tag 6**

Heute könnt ihr euren Teig konservieren. Dazu bestreut ihr ihn mit Salz und verschließt ihn luftdicht in einem Glas. Im Kühlschrank hält euer Teig sehr lange.