

Grundrezept

Hermann-Teig

Zeit: 13 Tage

Donnerstag, 27.02.2020

Zutaten:

Für den Teigansatz:

100	g	Weizenmehl (Type 405)
20	g	Zucker
1/2	Pck.	Trockenhefe (4g)
200	ml	Wasser, lauwarm

Zum Füttern:

200	g	Mehl (Type 405)
300	g	Zucker
400	ml	Milch

Zubereitung:

1. Für den Teigansatz Mehl in eine verschließbare Schüssel (keine Schüssel aus Metall) geben. Zucker, Trockenhefe und Wasser dazugeben. Die Zutaten mit einem Rührlöffel aus Holz oder Kunststoff, kein Metall, zu einem glatten Teig verarbeiten. Die Schüssel mit dem Deckel fest verschließen.
2. Den Teigansatz zwei Tage an einem warmen Ort stehen lassen, dabei ab und zu umrühren. Anschließend 24 Stunden in Kühlschrank stellen.
3. Von nun an so weitermachen, als hätten Sie den Hermann-Teig geschenkt bekommen.
Verarbeitung eines geschenkten Hermanns:
 1. Tag: ruhen
 2. Tag: umrühren
 3. Tag: umrühren
 4. Tag: umrühren
 5. Tag: Teigansatz gegebenenfalls in ein größeres Gefäß umfüllen und füttern. Dazu 100g Weizenmehl, 150g Zucker und 200 ml Milch hinzufügen und verrühren.
 6. Tag: umrühren
 7. Tag: umrühren
 8. Tag: umrühren
 9. Tag: umrühren
 10. Tag: Teigansatz noch einmal füttern. Dazu 100 g Weizenmehl, 150g Zucker und 200 ml Milch hinzufügen und verrühren.
4. Den dickflüssigen Hermann-Teig in vier gleich große Portionen (je 200g) teilen. Entweder können Sie mit jeweils einer Portion ein Rezept zubereiten. Die Portionen können aber auch einzeln eingefroren werden (bis zu 3 Monate), verschenkt werden oder einen neuen Ansatz damit angesetzt werden, dafür mit dem 1. Tag: ruhen beginnen.

Wichtig:

- Bewahren Sie den Teig während der 10-tägigen Zubereitung in einem gut verschlossenen Gefäß im Kühlschrank auf.
- Der Teigansatz ist relativ flüssig und es setzt sich auf der Oberfläche Schaum ab.

- Der Geruch des Ansatzes ist angenehm säuerlich.
- Wenn der Hermann zu warm steht, kann die Milchsäuregärung in eine Essiggärung umschlagen. Dann wird der Teig ungenießbar und riecht sehr unangenehm.
- Während der Ruhezeiten kann sich etwas Flüssigkeit an der Oberfläche absetzen. Das ist kein Problem und hat keine Bedeutung für die Weiterverwendung.
- Der Teigansatz oder der fertige Teig kann bis zu drei Monate eingefroren werden.