

Anstellgut (ASG)

Anstellgut ist zunächst einfach „Sauerteig in kleiner Menge“. Viele entnehmen einem Sauerteig einen Teil als Anstellgut für den nächsten Sauerteig. Aus dem Anstellgut kann man unter Zugabe von Mehl und Wasser wieder (mehr) Sauerteig machen und so funktioniert das Perpetuum Mobile des Sauerteigs. Es gibt zwei Möglichkeiten das so laufend zu erhalten: Einen Teil Sauerteig vor der weiteren Verarbeitung zurückbehalten **oder** ein Anstellgut parallel führen.

Die Gefahr beim Rückbehalt ist, dass man weitere Zutaten (Salz?) im Sauerteig hat oder die Entnahme vergisst. Sobald weitere Zutaten vermischt sind, funktioniert es nicht mehr! Ich führe mein Anstellgut parallel, d.h. ich entnehme Anstellgut, um Anstellgut zu erzeugen.

Es werden dazu Sauerteig/Anstellgut mit Mehl und Wasser vermischt. **Eine Stunde** bei Raumtemperatur stehen gelassen und kommen dann in den Kühlschrank. Dort hält es sich leicht eine Woche! Dann aber muss man genau diesen Vorgang wiederholen! Den Rest des Anstellguts wirft man weg – falls man ihn nicht für einen weiteren Sauerteig verwenden konnte.

Für die parallele Führung ist die Mischung für Roggen und Weizen unterschiedlich!

- ☞ **WEIZEN:** 5 gr. Anstellgut mit 55⁴ gr. Mehl und 50 gr. Wasser (eher kühl) vermischt
- ☞ **ROGGEN:** 10 gr. Anstellgut mit 50 gr. Mehl und 50 gr. Wasser (lauwarm) vermischt

Bildet sich eine Flüssigkeit auf dem Anstellgut („Fusel“) dann solltest Du sie einfach abgießen, da sie sehr stark säuert. Das ASG selbst ist dann normalerweise noch verwertbar. Das passiert generell eher bei Weizen.

Wenn Du Dein Anstellgut nicht wöchentlich fütterst oder z.B. bei RT sehr (!) lange vergisst oder sonst einen Fehler machst, kann es passieren, dass es wirklich verdirbt. Falls sich Schimmel bildet (ein „Bart“), es sich dunkel verfärbt oder verdorben riecht⁵ dann musst Du von vorne anfangen und neuen Sauerteig ansetzen.

Frisch angesetztes Anstellgut hat noch wenig Triebkraft. Oft muss man dem Hauptteig dann doch noch etwas Hefe zusetzen. Aber wenn so ein ASG einige Wochen immer wieder gefüttert wurde, entwickelt es mehr und mehr Triebkraft.

⁴ Beim Weizen-ASG nehme ich etwas mehr Mehl, als beim Roggen, da das ASG bzw. der Sauerteig beim Weizen sehr klebrig und fast flüssig ist.

⁵ das ist relativ schwer festzustellen, da es ja immer leicht säuerlich riecht. Aber wenn Du regelmäßig ein wenig am Anstellgut schnüffelst vor dem Backen, dann weißt Du bald wie es riechen sollte.