

**Brot**

# Brot

Gesund und bekömmlich backen



**WILDBAKERS-REZEPT**

**Gomaringer von  
Jörg Schmid und  
Johannes Hirth**

**PIONIER-ARBEIT**

Das Passader Backhaus

**TAPIOKA, MANIOK, YUCCA**

Die glutenfreie  
Wunderpflanze

**SELBST IST DAS MALZ**

So macht man Teige fluffiger

**DER BÄCKER VON TRAIKIRCHEN**

Syrisches Brot in Niederösterreich

**IM HEFT**  
Mehr als  
**40 Rezepte**  
für gelingsichere  
Brote und Aufstriche

# Ab zur Schule

Hier lernst Du alles über Sauerteig – verständlich und praktisch



5,90 EUR

A: 6,50 Euro, CH: 11,60 sFR, BeNeLux: 6,90 Euro

# Italien zu Hause erleben



€ 8,50

Jetzt bestellen:  
040/42 91 77-110  
service@brot-magazin.de

In Taipeh hat mir Jim Li die Geschichte seiner Bäckerei und von seiner Leidenschaft für ehrliche Lebensmittel erzählt



# EDITORIAL

## Liebe Leserinnen und Leser.

01/2020

Wenn es draußen kalt wird, ist es höchste Zeit, die Küche zu wärmen. Und was bietet sich dafür besser an als frisches Brot? Auch diese Ausgabe ist einmal mehr vollgestopft mit fantastischen Rezepten für aromatische wie bekömmliche Brote.

Die hat Jim Li vermisst, als der gebürtige Taiwaner aus den Vereinigten Staaten zurück in seine Heimat ging. Also hängte er seine Karriere als Laser-Ingenieur an den Nagel und gründete eine Bäckerei. Eine der besten, die es heute in dem Land gibt. Denn Jim setzt auf natürliche Rohstoffe ohne Zusätze und lange Gehzeiten. Die Qualität überzeugt. Es war ein interessantes Treffen mit ihm. Seine Geschichte findest Du in diesem Heft.

Apropos Zusätze. Eine Sache irritiert mich in letzter Zeit öfter. Ascorbinsäure wird in der Industrie gern als Mehlbehandlungsmittel genutzt, um die Reifezeit des Rohstoffs zu verkürzen. Und in Bäckereien kommt sie zum Einsatz, um Weizenteige zu stabilisieren. Mit Zeit, guten Rohstoffen und Handwerk ist beides nicht nötig.

Wenn es aber um Ascorbinsäure geht, dann kommt immer ganz schnell jemand in die Diskussion und ruft: Das ist doch nur Vitamin C. Diese Verniedlichung verstehe ich nicht. Natürlich kann man Acerolakirsche oder Sanddornsaft zum Teig geben und hat den straffenden Effekt. Aber pure Ascorbinsäure ist ein Zusatzstoff, der auf Basis gentechnisch veränderter Mikroorganismen industriell hergestellt wird. Das ist etwas anderes als natürliches Vitamin C aus einer Frucht.


Wenn Ascorbinsäure nun gerade in der heimischen Bäckerei als Stabilisator für den Teig entdeckt wird, dann mag das seine Berechtigung haben. Dann geht man aber den Weg, den auch die Industrie vor einigen Jahrzehnten eingeschlagen hat. Das ist letztlich eine individuelle Entscheidung und zu respektieren. Zur Ehrlichkeit gehört dann aber auch, dass man privat zunehmend auf Backmittel setzt, die aus einer Fabrik kommen.

Wie man auch ohne Chemie zu gutem Brot kommt – dafür findest Du auf den nächsten Seiten viel Inspiration und tolle Rezepte. Viel Spaß beim Nachbacken.

Herzliche Grüße

Sebastian Marquardt, Chefredakteur

 @brotmagazin


 /BrotMagazin

 www.brot-magazin.de

Unsere Facebook-Gruppe:

 facebook.com/groups/brotforum

LeserBROTe an:

 redaktion@brot-magazin.de

Wer mit dem Brotbacken anfängt, hat zu Beginn viele Fragen. Die passenden Antworten – nicht nur für Einsteiger – bietet die neue **BROTfibel Basis-Wissen**. So praxisnah wie möglich, aber gleichzeitig so theoretisch wie nötig, werden darin alle Grundlagen des Backens von Brot, Brötchen & Co. schnell und verständlich erklärt. Sie kann jetzt unter [www.brot-magazin.de/einkaufen](http://www.brot-magazin.de/einkaufen) bestellt werden.

# INHALT

01/2020

## Verschiedenes

### Neuheiten

Meldungen rund ums Backen und Genießen **Seite 6**

### LeserBROT

Was unsere Leser/innen backen **Seite 52**

### BROTakademie

Rückblick: Das war der Basis-Kurs Teigführung **Seite 56**

### Mühlen-Finder

Ausgewählte Adressen für gutes Mehl **Seite 79**

### Inspiration

Alles rund ums Brot: Bücher, Blogs, Instagram & Co. **Seite 80**

### BROTLaden

Interessante Produkte fürs heimische Backen **Seite 94**

### Glossar

**Seite 127**

### Vorschau/Impressum

**Seite 130**

## Menschen & Brot

### ● Pionier-Arbeit

Zu Besuch im Passader Backhaus **Seite 22**

### ● Brot, dünn wie Papier

Der syrische Bäcker aus Traiskirchen **Seite 34**

### „Ich will die Leute nicht enttäuschen“

Die Purebread Bakery in Taipeh **Seite 86**

## Glutenfreies Backen

### ● Exotische Wurzel

Die Maniok-Pflanze in der glutenfreien Küche **Seite 116**

## Rohstoffe

### ● Backmittel, selbst gemacht

Malz – Booster für den Teig **Seite 14**



12

Gomaringer



18

Malz-Moni



19

Sonntagsbrötchen



20

Zucchini-Walnuss-Aufstrich



21

Buttermilch-Sesam-Kruste



28

Indisch Curry



30

Rosinenbrot



32

Bona Polenta



33

Kürbiskernkasten



40

Ronia Roggen



42

Ciao-ciao, Zwiebel-Specko



44

Toni Maroni



46

Dinkelmeister Roggendorf



48

Milder Mischa



50

Feige Walnuss



58

Walnuss-Kürbiskernbrot



66

Weizen-Knauzl



67

Grünes Orangen-Gelee



76

Schoko-Haselnuss-Brot



78

Winzer-Laib



84

Grünes Körnerbrot



85

Emmer-Vollkorn-Brötchen



92

Elsässer Kruste



100

Fluffy, das Toastbrot



102

Laugenschnecken

# Selbst ist das Brot

**Modernist Bread**  
Einblick in den Teig

Seite 10

● **Schellis Sauerteigschule**  
Die ersten Schritte

Seite 60

**Vergleichsbacken**  
Lohnt sich der Auffrisch-Aufwand  
vor dem Backen?

Seite 68



104  
Semmelbrösel-Pfannkuchen  
„Hot Dog“



106  
Fondue-Auflauf



108  
Semmel-Schmarrn



110  
Kürbis-Kurkuma-Brot



112  
Vollkornkruste



113  
Thunfisch-Frühlings-  
zwiebel-Aufstrich



114  
Brioche Feuilletée



120  
Pão De Queijo



121  
Zwiebelbrot



122  
Quinoa-Rosinen-Scones



123  
Zimtbrötchen



124  
Schneller Mischa



126  
Gäneschmalz-Dinkel-Seelen

- Titelthemen
- ✓ Glutenfrei
- 🌀 Speed-Baking

## Wie dieses Heft funktioniert

### Vorab

Alle Rezept-Brote in diesem Heft wurden ohne Zusatzstoffe und von Hobby-Bäckerinnen und -Bäckern in heimischen Küchen zubereitet sowie in handelsüblichen Haushalts-Öfen gebacken.

### Die Angaben

Wenn im Rezept von Raumtemperatur die Rede ist, sind 20-22°C gemeint. Weicht die Temperatur stark ab, hat das Einfluss auf die angegebene Zeit. Faustformel: pro 5°C verdoppeln oder halbieren die Hefekulturen ihre Tätigkeit. Bei den Angaben zur Wassermenge ist Vorsicht geboten. Jedes Mehl hat andere Eigenschaften und kann unterschiedlich viel Flüssigkeit binden. Es empfiehlt sich, mit etwas weniger Wasser zu beginnen und gegebenenfalls nachzuschütten. Ähnlich ist es mit Zeitangaben. Jeder Sauerteig, jede Hefe, jede Knetmaschine arbeitet anders. Daher ist jede Zeitangabe zwar erprobt, dennoch nur eine Empfehlung. Wann ein Teig ausgeknetet ist, zeigt der Fenstertest, die Gärreife zeigt sich am Teig.

### Die Bewertung

Wir haben jedem Brot einen Schwierigkeitsgrad zugeordnet.

- ★☆☆ - einfaches Rezept
- ★★★ - Rezept mit Anspruch
- ★★★★ - sehr anspruchsvolles Rezept

Die Bewertung richtet sich danach, wieviel Aufwand und Vorkenntnis für ein Brot nötig sind. Zudem gibt es einen Hinweis, ob das Rezept für Einsteiger geeignet ist. Das ist es aus unserer Sicht immer dann, wenn alle Zutaten ohne größere Komplikationen schnell zur Hand sind. So kann es sein, dass ein einfaches Sauerteigbrot nur einen Stern hat, aber keine Einsteiger-Empfehlung, da eben erst Sauerteig angesetzt oder besorgt werden muss. Umgekehrt kann auch ein anspruchsvolleres Rezept für Neulinge geeignet sein, wenn die Zutaten schnell zur Hand sind.

### Fachbegriffe

Brotbacken kommt nicht ohne Fachbegriffe aus. Ab Seite 127 findet Ihr daher ein Glossar, in dem alle Fachbegriffe, die in dieser Ausgabe vorkommen, kurz erklärt werden. Zudem haben wir teilweise Video-Links beigefügt, weil Bilder manchmal mehr sagen als tausend Worte. Für den tieferen Einstieg ins Back-Vokabular empfehlen wir die Website [www.baeckerlatein.de](http://www.baeckerlatein.de)

Viel Spaß beim Entdecken und Nachbacken.  
Wir freuen uns auf Euer Feedback.

@brotmagazin [www.brot-magazin.de](http://www.brot-magazin.de)  
 /BrotMagazin [facebook.com/groups/brotforum](https://facebook.com/groups/brotforum)

Trotz größter Sorgfalt passieren manchmal Fehler. In Rezepten ist das besonders ärgerlich. Daher berichtigen wir unsere Fehler, sobald sie entdeckt werden. Ihr findet die Korrekturen immer hier: [www.brot-magazin.de/korrekturen](http://www.brot-magazin.de/korrekturen)

Der **Obela Hummus** ist nun in Bio-Qualität erhältlich. Der auch als Brotaufstrich geeignete Kichererbsendip zeichnet sich durch einen besonders hohen Anteil an gekochten Kabuli-Kichererbsen und Sesampaste aus. Den Obela Bio Hummus gibt es in den sechs Varianten Classic (Foto), Sonnengetrocknete Tomaten, Geröstete Pinienkerne, Orientalische Art, Hot Jalapeño und Kalamata Oliven. Obela Bio Hummus ist in der 150-Gramm-Schale für 2,19 Euro erhältlich. [www.obela.com](http://www.obela.com)



# Neuheiten

Bongu hat einen neuen **Holzbackrahmen** im Sortiment, der sich individuell auf die vorhandene Teigmenge einstellen lässt. Er besteht aus zwei Seitenwänden, einem vorderen und hinteren Deckel sowie einem verstellbaren Mittelteil. Die Verbindung der Teile erfolgt über Flügelmutter, wodurch sich der Rahmen platzsparend zerlegen lässt, wenn er nicht benötigt wird. Zudem ermöglicht die Demontage ein leichteres Entnehmen des fertigen Brotes sowie eine einfache Reinigung der Einzelteile. Der aus massivem Ahorn- oder Buchenholz gefertigte Backhelfer hat Innenmaße von 30,5 x 9,5 x 9 cm und kostet 32,95 Euro (Buche) beziehungsweise 34,95 Euro (Ahorn). [www.bongu.de](http://www.bongu.de)



Von Just Spices kommt mit „Sporty Spice“ eine **Gewürzmischung** neu auf den Markt, die sich mit Bockshornkleesaat, Ingwer, Tellicherry-Pfeffer, Chili mit Kernen, Kardamom und rotem Paprika für viele Anlässe nutzen lässt. Nicht nur im Salat, auf Fleisch oder in der Gemüsepfanne, auch im Brot kann die Mischung für den gewissen „Frischekick“ sorgen. Die Dose mit 57 Gramm Inhalt kostet 4,99 Euro. [www.justspices.de](http://www.justspices.de)



Die **Jackfruitsalate** von Sanchon sollten laut Hersteller „so deftig und lecker wie damals am Abendbrottisch“ schmecken und dabei leicht und vegan sein. Erhältlich sind die herzhaft gefüllten 135-beziehungsweise 140-Gramm-Gläschen in drei Sorten. „Deftiger Jack“ erhält seinen Geschmack durch würzige Gurken und feine Jackfruit. Im Aufstrich „Indischer Jack“ sorgen Ananas, Mango und Curry für den typisch indischen Geschmack. Und bei „Teuflischer Jack“ ergibt Saitan zusammen mit selbstgeräucherten Zwiebeln und feiner Jackfruit eine pikante Note. Die Bio-Aufstriche sollen durch die Pasteurisierung ungeöffnet lange haltbar sein, wodurch sich die Salate gut bevorraten lassen. Während alle drei Salate vegan sind, enthalten der deftige und der indische Jack außerdem kein Gluten. [www.sanchon.de](http://www.sanchon.de)



Hobbybäcker hat ein neues **Brotmesser** im Sortiment. Die geschmiedete Klinge aus Chrom-Molybdän-Stahl verfügt über einen Wellenschliff und eine abgerundete Klingenspitze. Der Griff ist aus Palisander-Holz gefertigt und soll für eine ausgewogene Balance zwischen Klinge und Griff sorgen. Das mit einer 25 Zentimeter langen Klinge ausgestattete Messer kostet 36,65 Euro. [www.hobbybaecker.de](http://www.hobbybaecker.de)



Neu bei Häussler sind **Teigroller** mit verschiedenen Mustern in unterschiedlichen Größen. Sie eignen sich, um damit Plätzchenteige zu verzieren. Die aus massivem, feuchtigkeitsbeständigem Holz gefertigten Musterroller verfügen über Griffe zum einfachen Aufrollen des Dekors. Das Werkzeug eignet sich für Fondant, Marzipan, Gebäck und Teig. Ein kleiner Teigroller mit 23 x 4,5 Zentimeter kostet 17,95 Euro, die größere Version misst 43 x 6 Zentimeter und kostet 29,95 Euro. [www.backdorf.de](http://www.backdorf.de)

Der neue **Toaster** aus der Velocity-Serie von Russell Hobbs benötigt für das Rösten von zwei Scheiben Brot nur rund 1 Minute. Dabei lässt sich der gewünschte Röstgrad mithilfe von elf Bräunungsstufen einstellen und durch die „Lift and Look“-Funktion kann der Röstvorgang jederzeit kontrolliert werden, ohne den Vorgang zu unterbrechen. Extra tiefe Toastschlitze stellen sicher, dass auch größere Brotscheiben vollständig getoastet werden. Der Velocity Toaster ist zudem mit einem Brötchenaufsatz und einer Krümelschublade ausgestattet und besitzt eine praktische Stopp-, Auftau- und Aufwärmfunktion. [de.russellhobbs.com](http://de.russellhobbs.com)



*Perfekt für Brot, Brötchen, Baguettes, Pizza, Kuchen etc.*



*Besuchen Sie unsere Backofenwelt mit mehr als 60 Ofenmodellen und professionellem Zubehör! Mo-Fr 8-17 | Sa 9-13 Uhr*

MANZ Backtechnik GmbH  
Backofenstraße 1-3  
97993 Creglingen-Münster  
Telefon 0 79 33 / 91 40-0  
[info@manz-backtechnik.de](mailto:info@manz-backtechnik.de)  
[www.manz-backtechnik.de](http://www.manz-backtechnik.de)

## HAÜSSLER

**Elektro-Steinbacköfen für beste Backqualität**



Diese Backöfen sind innen komplett ausgekleidet mit dicken Schamottesteinen. Das Backen mit dem heißen Stein bietet eine überragende Qualität. Frei aufstellbar oder in Küchenschränke integrierbar.

Kostenlos Katalog anfordern:  
[www.backdorf.de](http://www.backdorf.de)

88499 Heiligkreuztal · Tel. 073 71/9377-0



Die Firma Hydro Flask bringt eine **Lunchbox** auf den Markt. Durch die spezielle Isolationsschicht bleiben Speisen im Inneren besonders lange frisch. Der Hersteller verspricht eine doppelt so lange Frischhaltung wie bei einer herkömmlichen Brotdose. Die Variante Lunchbox 2.0 verfügt neben der Isolierung auch noch über eine robuste Hartschale. Beide Lunchboxes sind in „Sunflower“-Gelb, in „Blackberry“ (blauschwarz) sowie dem Erdton „Mushroom“ erhältlich. Weitere Features sind ein umlaufender Reißverschluss sowie ein Trageriemen. [www.hydroflask.com](http://www.hydroflask.com)

Einen praktischen Küchenhelfer präsentiert Hobbybäcker mit einer neuen **Mehlschaufel**. Sie ist aus hochglanzpoliertem Edelstahl gefertigt und ermöglicht ein einfaches Portionieren von Backzutaten. Die Schaufel misst 4,5 x 8,5 Zentimeter und hat eine Gesamtlänge von 18 Zentimeter. Damit lässt sich – je nach verwendeter Zutat – ein Volumen von rund 50 Gramm bewegen. Der Preis liegt bei 10,95 Euro. [www.hobbybaecker.de](http://www.hobbybaecker.de)



Von Städter gibt es eine **Brotbackform** aus der Selectionserie für Kastenbrote. Die Form ist emailliert, saureteigbeständig, schnittfest und verfügt über einen breiten Rand zum einfachen Tragen. Erhältlich ist die Form in den Maßen 30 x 13 x 8 und 35 x 14,5 x 8 Zentimeter. Die Preise betragen 32,95 Euro für die kleine Form und 37,95 Euro für große. [www.staedter-markenshop.de](http://www.staedter-markenshop.de)



Zur Herstellung von Nudeln, für Grieß- und Mehlspeisen sowie zum Beimeingen in Pizza- und Ciabatta-Teigen ist der **Dinkelgrieß** mit Haferfasern von Häussler geeignet. Die Zugabe der Haferfasern sorgt für nährstoffreiche Ballaststoffe. Auf 90 Prozent Dinkelgrieß kommen 10 Prozent Haferfasern. Der Preis für den 1-Kilogramm-Beutel beträgt 4,50 Euro. [www.backdorf.de](http://www.backdorf.de)

Rühren, wenden, schöpfen, schaben – jedes Gericht erfordert eine andere Art der Zubereitung. Staub hat daher einige neue Küchenhelfer ins Sortiment aufgenommen, die sich für verschiedene Anwendungszwecke eignen. Der **Risottolöffel** beispielsweise verfügt über ein Loch in der Mitte, das verhindern soll, dass der Reis am Löffel kleben bleibt. Wer gerne im Wok kocht, findet mit dem Wokwender ein nützliches Utensil. Fleisch und Fisch werden mit der Zange von Staub in der Pfanne gedreht. Mit dem neuen Multifunktionslöffel lassen sich viele Aufgaben umsetzen – auch beim Brotbacken. [de.zwilling-shop.com](http://de.zwilling-shop.com)

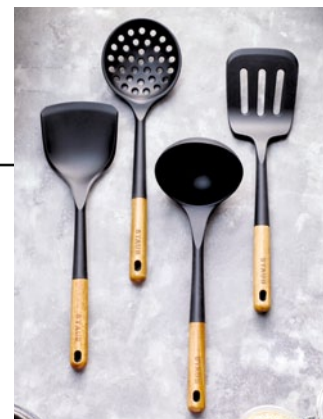


Foto: STAUB





Die Digitale **Glas-Kaffeemaschine** „Velocity“ von Russell Hobbs ist die schnellste Standard-Kaffeemaschine des Herstellers. Die Zubereitung einer vollen Kanne – rund 1,25 Liter – soll in weniger als sieben Minuten erledigt sein. Die Maschine ist mit der sogenannten WhirlTech-Brühtechnologie ausgestattet, mit der Russell Hobbs ein hervorragendes Aroma verspricht. Über das digitale Bedienfeld kann die Kaffeezubereitung auch zum gewünschten Zeitpunkt vorprogrammiert werden. [de.russellhobbs.com](http://de.russellhobbs.com)



Das antihaftbeschichtete **Baguette-Backblech** von Städter ist für drei Baguettes geeignet. Die Länge beträgt 37 Zentimeter, die Breite 24 Zentimeter. Der Durchmesser der einzelnen Mulden misst 5,5 Zentimeter. Der Preis beträgt 17,95 Euro. [www.staedter-markenshop.de](http://www.staedter-markenshop.de)



Die geschroteten, gemälzten **Weizenkeimlinge** von Bongu – Eclats – können nicht nur zur Verfeinerung der Kruste genutzt werden, sondern auch als Zutat direkt im Teig. Die leicht gerösteten Keimlinge aus Frankreich nehmen etwa ihr Eigengewicht an Wasser auf, das sollte bei der Rezeptentwicklung berücksichtigt werden. Sie dienen insbesondere bei einfachen Mehlen der Geschmacksverbesserung, aber auch als Futter für die Mikroorganismen. Laut Hersteller sollten die Teige dadurch besser aufgehen. [www.bongu.de](http://www.bongu.de)

Anzeigen

**Alles zum Brot backen**

**HOBBY BÄCKER**  
Einsparung Lecker.

gültig bis 30.01.2020;  
ab 45€ Warenwert  
Ihr Gutschein-Code:  
**12DFV8L83W**

**10€ geschenkt!**

• Qualitative Mehle  
• Professionelles Zubehör  
• Rezepte, Tipps & Tricks

[www.hobbybäcker.de](http://www.hobbybäcker.de)  
Bestell- & Servicehotline:  
07306 925900

**la mäh la**  
Langers Mühlenladen

[www.lamuehla.at](http://www.lamuehla.at)

**Brot selber backen ist ...**

**... ganz einfach mit unseren BIY-Backsets**

**Bake It BIY Yourself**

**D**ie Endgare ersetzt das beim Wirken entwichene Gärgas durch neues Kohlendioxid und führt so den Gärvorgang fort, der bereits in der Mischphase eingesetzt hat. Die Gärreife zu erkennen, ist eine Kunst. Trotz aller unserer Bemühungen, eine messbare Methode zu finden, mussten wir einsehen, dass es für ihre Bestimmung noch kein Gerät gibt. Am gängigsten ist und bleibt die Fingerprobe, bei der man einen Finger in den Teig drückt und prüft, wie schnell sich die Druckstelle zurückbildet.



Diese und weitere – teilweise bisher nie da gewesene – Einblicke in die Prozesse des Backens gibt es in der sechsbändigen Enzyklopädie Modernist Bread, die gerade im Verlag The Cooking Lab, LLC in deutscher Sprache erschienen ist und hier bestellt werden kann: [www.brot-magazin.de/einkaufen](http://www.brot-magazin.de/einkaufen)





# GOMARINGER

Das Getreide für „sein“ Gomaringer wächst direkt gegenüber von Jörg Schmid's Bäckerei in Gomaringen. Dank der langen Führung mit Sauerteig hat es ein wunderbares Aroma und schmeckt zu vielen Gelegenheiten. Die helle, luftige Krume würde man unter der kräftig ausgebackenen, krossen Kruste gar nicht vermuten.

Rezept: Jörg Schmid  
und Johannes Hirth  
Bilder: Daniel Schneider

 @thereal\_wildbakers

 /WildBakers

 www.wilbakers.de

☉ Für den Hauptteig alle Zutaten – vom Wasser jedoch zunächst nur 300 g – 8 Minuten langsam vermischen und dann 3 Minuten auf schnellerer Stufe verkneten. Die restlichen 120 g Wasser werden dem Teig dabei nach und nach zugeben.

☉ Den Teig in eine Wanne oder Schüssel geben und 1 Stunde bei Raumtemperatur abgedeckt ruhen lassen.



☉ Anschließend den Teig rund sowie lang formen und in ein bemehltes Gärkörbchen geben. Abgedeckt etwa 3 Stunden bei Raumtemperatur zur Gare stellen. Danach abgedeckt für 12 Stunden in den Kühlschrank stellen.

☉ Am Backtag den Ofen auf 280°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Wenn der Ofen heiß ist, die Teiglinge aus dem Kühlschrank nehmen, einschneiden und einschließen. Leicht schwaden. Nach 10 Minuten die Temperatur auf 250°C reduzieren und 30-35 Minuten fertig backen. 🍳

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆☆

Getreide: Weizen

Triebmittel: Sauerteig, Hefe

Teigkonsistenz: bindig

Zeit gesamt: 33 Stunden

Zeit am Backtag: 1,5 Stunden

Backzeit: 40-45 Minuten

Starttemperatur: 280°C

Backtemperatur: 250°C

nach 10 Minuten

Schwaden: beim Einschließen

### Tipp

Wer kein Weizenmehl 812 hat, kann auch Weizenmehl 550 und Weizenmehl 1050 mischen. Um den Sauerteig bei rund 30°C reifen zu lassen, kann man ihn in den Ofen stellen und nur die Beleuchtung anstellen. Wichtig: Das funktioniert nur bei Glühlampen. LED geben zu wenig Wärme ab.

## Sauerteig Stufe 1

- ▶ 30 g Weizenmehl 812
- ▶ 30 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 3 g Anstellgut

Die Zutaten in eine Schüssel geben und gut vermischen. Den Sauerteig abdecken und bei etwa 30°C 12 Stunden reifen lassen.

## Sauerteig Stufe 2

- ▶ Sauerteig Stufe 1
- ▶ 60 g Weizenmehl 812
- ▶ 60 g Wasser (lauwarm)

Die Zutaten in eine Schüssel geben und gut vermischen. Den Sauerteig abdecken und bei etwa 30°C 4 Stunden reifen lassen.

## Hauptteig

- ▶ 450 g Weizenmehl 812
- ▶ 30 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 30 g Hartweizenmehl
- ▶ 15 g Salz
- ▶ 1 g Frischhefe (optional)
- ▶ 1 g Brotgewürz
- ▶ 50 g Semmelbrösel (eingeweicht)
- ▶ 420 g Wasser



# Backmittel, Malz – selbst gemacht **Booster** für den Teig

Backmittel – da rümpft man schnell die Nase. Das klingt nach Chemie und unnötigen Inhaltsstoffen. Das erste Backmittel aber, das im großen Stil zum Einsatz kam, ist zugleich ein ganz natürliches. Mit der Mälzung von Getreide macht man sich die natürlichen Vorgänge im Korn zu nutze, um Teigen in Sachen Aroma und Konsistenz auf die Sprünge zu helfen.

**G**rob besteht ein Korn aus drei wesentlichen Bestandteilen: Schale, Keimling und Mehlkörper. Was der Mensch zu wertvollem Mehl verarbeitet, hat die Natur zu anderen Zwecken geschaffen. Ihr höchstes Ziel ist Fortpflanzung.

Die beginnt, wenn das Getreide keimt, aus dem Keimling also eine neue Pflanze wächst. Dafür braucht sie gerade am Anfang Nährstoffe. Ihr Nährstoffspeicher ist der Mehlkörper. Er besteht im Wesentlichen aus Stärke, die allein keine ausreichende Nahrung ist. Vielmehr braucht es Enzyme, um aus der Stärke passende Nahrung herzustellen.



Und so beginnt mit dem Keimen auch eine verstärkte Enzym-Aktivität im Korn. Proteinasen bauen Eiweiß ab, Amylasen wandeln Stärke in Zucker, Cellulasen Cellulose in Glucose und Pentosanasen bauen Schleimstoffe ab. Gemeinsam wandeln sie also den Mehlkörper zu einer Nahrungsquelle des Keimlings. All das ist segensreich für ihn auf dem Weg zur Pflanze. Diese Aktivitäten helfen aber auch Teigen auf die Sprünge.

Mit der Herstellung von Malz macht man die Enzyme fürs Backen nutzbar. Wie aber bekommt man diese verstärkte Enzym-Aktivität in den Teig? In dem man Keimprozess auslöst und ihn unterbricht, wenn die Enzyme gerade so richtig in Fahrt gekommen sind. An diesem Punkt wird das keimende Getreide getrocknet und gegebenenfalls geröstet.

Dörft man es bei niedrigeren Temperaturen unter 50°C, bleiben die Enzyme am Leben und können im Teig wieder aktiviert werden. Bei höheren Temperaturen werden die keimenden Körner eher geröstet. Das deaktiviert die Enzyme. Das Malz hat kaum noch Wirkung im



**Hopfen und Malz ... Neben Hefe ist Malz eine weitere Gemeinsamkeit von Brot und Bier. Beide werden nicht umsonst oft in einem Atemzug genannt**

Teig, aber das so gemälzte Getreide bringt ein besonderes Aroma sowie kräftige dunkle Farbe mit. Der Malzzucker gibt den Hefen zudem auch ein wenig Nahrung und kurbelt ihre Aktivität an.

Das gemälzte Getreide wird dann entweder zu Malzmehl gemahlen oder in einem weiteren Prozess zu einem Sirup weiterverarbeitet.

In Zutatenlisten für Brot und Brötchen liest man von aktivem oder inaktivem Backmalz. Fachleute sprechen von diastatischen oder nichtdiastatischen Malzen. Das erste muss vorsichtig dosiert werden. Es bringt die Enzyme in den Teig, die ihre Abbauprozesse fortsetzen. Das will man. Denn durch den Abbau von Stärke zu Einfachzuckern geben die den Hefen mehr Nahrung und fördern die Teigentwicklung. Sie machen die Krume zudem flauschiger und saftiger, geben ihr eine leichte Süße.

Außerdem karamellisiert auch die Oberfläche des Gebäcks intensiver, bekommt ein schöne Kruste mit kräftigerem Brauntönen. Entsprechend kommt aktives Malz auch vor allem bei Brötchen oder Baguettes zum Einsatz, wo man eine karamellig-krosse Kruste und eine flauschig-weiche, süßliche Krume möchte. Für Roggenteige eignet sich Malz kaum, da Roggen ohnehin eine stärkere Enzymaktivität hat. Da braucht es keinen Booster.

Arbeiten die Enzyme zu aktiv oder lange im Teig, bewirkt der Stärke-Abbau ein Zersetzen seiner Struktur. Dann wird die Krume feucht und klitschig, das Gebäck wirkt, als sei es nicht durchgebacken. Daher muss aktives Backmalz eben sehr vorsichtig dosiert werden. Empfehlungen gehen von 0,5 bis 3 Prozent der Mehlmenge aus. Wobei je nach Malz-Aktivität eher bis zu 2 Prozent zu empfehlen sind. Soll der Teig lange geführt werden, zum Beispiel über Nacht im Kühlschrank,





Eine rösche, goldbraune Kruste und eine süßliche-wattige Krume – so wünscht man sich Brötchen oder Baguette. Aktives Malz hilft genau dabei

ist sogar eine noch niedrigere Menge ange-  
raten - um 0,1 Prozent der Mehlmenge. Denn  
die Enzyme lassen sich von der Kälte kaum  
beeindrucken, die arbeiten munter weiter.

Natürlich kann man Malz in allen Varianten  
kaufen. Es lässt sich allerdings auch sehr  
leicht selbst herstellen. Geeignet sind alle  
keimfähigen Getreide. Gerste kommt oft zum  
Einsatz, weil sie einen relativ hohen Stärke-  
anteil hat und sehr gleichmäßig keimt. Zu-  
gleich hat sie weniger Eiweiße, die fürs Malz  
ohnehin nicht entscheidend sind. Aber auch  
Weizen, Dinkel oder Roggen lassen sich gut  
zu Malz verarbeiten. Alle bringen ihre ganz  
eigenen Aromen und Eigenschaften mit. 🍷

Warum also nicht ein bisschen experimentieren? Wo es doch so einfach ist:

1



2



1. Die Körner müssen feucht sein, um den Keimprozess in Gang zu bringen. So kann man zum Beispiel den Boden einer Auflaufform mit Wasser benetzen, die Körner darauf streuen und noch einmal von oben befeuchten. Abgedeckt mit einem feuchten Handtuch lässt man nun die Natur arbeiten.

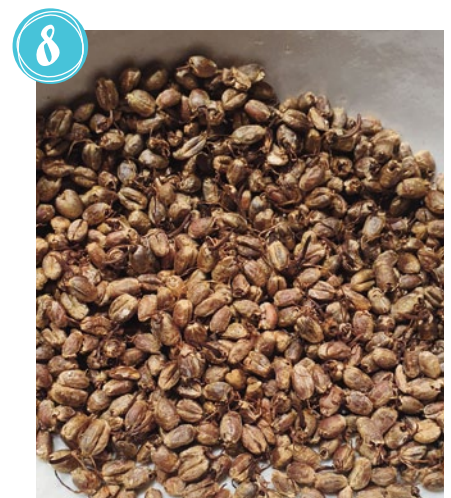
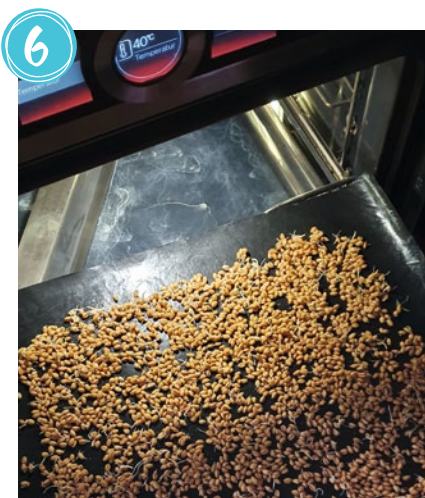
2. An vielen Körnern zeigt sich ein weißer Punkt. Der Keimling macht sich bereit zum Starten. Wenn es bereits zu trocken in der Auflaufform ist, sollte etwas nachgewässert werden. Wobei die Körner bestenfalls benetzt sind. Auch das Handtuch zum Abdecken sollte immer feucht sein.

3. Es läuft, die ersten Keime zeigen sich. Klein und weiß ragen sie aus den Körnern, aber noch nicht aus allen.

3







4. Dünne Fäden hier, kräftige Keimlinge dort. Das Getreide keimt unregelmäßig, aber es keimt. Die Enzyme kommen in Schwung.

5. Einige Keime färben sich bereits langsam grün. An dieser Stelle muss der Prozess unterbrochen werden. Jetzt sind die Enzyme in Hochform. Noch nicht in jedem Korn gleichermaßen. Aber es kann gemälzt werden.

6. Bei 40°C geht es in den Ofen zum Dörren. Bei der Temperatur bleiben die Enzyme aktiv.

7. Etwa 4 Stunden dauert es, dann sind die Körner ausreichend getrocknet.

8. Für einen Teil der Körner ging es noch eine Runde weiter. 30-45 Minuten bei 80°C – und es entsteht aromatisches Röstmalz.

9. Nach dem Abkühlen können die Körner fein gemahlen werden. Wer keine Mühle zuhause hat, findet oft in Drogerie-Märkten eine

10. Das Röstmalz hat keine Enzym-Aktivität mehr, es gibt Gebäcken aber sein klassisches Malz-Aroma und eine dunklere Farbe



Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	bindig
Zeit gesamt:	20-28 Stunden
Zeit am Backtag:	1,5 Stunden
Backzeit:	50 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	230°C nach 10 Minuten
Schwaden:	Beim Einschließen, nach 10 Minuten ablassen

# MALZ-MONI

Wasser, Salz und eine Sorte Mehl. Einfacher geht Brot kaum. Etwas Röstmalz bringt hier aber noch Pfiff ins Brot. Es bringt bereits den Sauerteig auf Trab und gibt dem Brot ein subtiles, süßlich-mildes Aroma. Je nach Geschmack kann man diese Note durch die Zugabe von mehr Malz noch steigern.

● Die Zutaten 5 Minuten langsam mischen, dann etwa 7 Minuten schneller kneten.

● Den Teig 40 Minuten nachquellen lassen, dann rundwirken und in ein gut bemehltes Gärkorbchen geben.

● 40 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur ruhen lassen, dann für 16-20 Stunden in den Kühlschrank stellen.

● Am Backtag den Ofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

● Den Teigling aus dem Kühlschrank kommend aus dem Gärkorb stürzen, einschneiden und mit Dampf in den Ofen geben. 10 Minuten anbacken, dann die Temperatur auf 230°C senken und weitere 40 Minuten backen. ■

## Sauerteig

- ▶ 200 g Weizenmehl 1050
- ▶ 25 g Backmalz inaktiv
- ▶ 200 g Wasser
- ▶ 15 g Anstellgut

Die Zutaten gründlich vermischen und bei Raumtemperatur abgedeckt etwa 16-20 Stunden reifen lassen.

## Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 400 g Weizenmehl 1050
- ▶ 240 g Wasser (eiskalt)
- ▶ 12 g Salz



### Tipp

Auch mit Hefe lässt sich dieses Brot hervorragend backen. Dann wird der Vorteig mit eiskaltem Wasser sowie 0,1 g Frischhefe angesetzt. Das entspricht der Größe eines Reiskorns.

# SONNTAGSBRÖTCHEN

Brötchen wie vom Bäcker. Nur frischer und länger haltbar. Eine lange Garzeit macht diese Schrippen ebenso aromatisch wie bekömmlich. Dabei sorgen Malz und Butter für eine fluffige Krume und eine zartknusprige Kruste. Zubereitet am Vortag, werden sie am Morgen gebacken und verbreiten Appetit anregenden Duft im Haus, der das Sonntagsfrühstück atmosphärisch einläutet.

- ☉ Alle Zutaten – außer die Butter – 5 Minuten auf niedrigster Stufe mischen.
- ☉ Die Butter hinzufügen und 14 Minuten auf schnellerer Stufe alles zu einem glatten und elastischen Teig verkneten.
- ☉ Den Teig 4 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur ruhen lassen.
- ☉ Den Teig in 10 Teile á 100 g teilen und die einzelnen Teile rundwirken, danach kurz ruhen lassen.
- ☉ Die runden Teiglinge kurz länglich ausrollen und auf ein Blech setzen. Abgedeckt 30 Minuten gehen lassen, dann für 10-15 Stunden zur Gare in den Kühlschrank stellen.
- ☉ Den Ofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- ☉ Die Teiglinge aus dem Kühlschrank nehmen, der Länge nach beherrscht einschneiden und in den Ofen geben. Die Temperatur sofort auf 230°C senken und viel Dampf geben. Die Brötchen etwa 24 Minuten goldbraun backen. Den Schwaden nach 10 Minuten ablassen. 🍞

## Zutaten

- ▶ 550 g Weizenmehl 550
- ▶ 380 g Wasser (eiskalt)
- ▶ 60 g Butter (Raumtemperatur)
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 4 g Frischhefe
- ▶ 1 g Backmalz aktiv

Für Einsteiger  
geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	fest
Zeit gesamt:	16-21 Stunden
Zeit am Backtag:	1 Stunde
Backzeit:	24 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	230°C sofort
Schwaden:	beim Einschließen, nach 10 Minuten ablassen

### Tipp

Für eine vegane Version kann man die Butter gegen 60 g Margarine, 30 g Rapsöl oder 30 g Wasser tauschen. Für eine flauschige Krume empfiehlt sich aber die Fettzugabe.

# ZUCCHINI-WALNUSS-AUFSTRICH

## Tipp

Der Aufstrich hält sich 2-3 Tage im Kühlschrank. Bedeckt man die Oberfläche mit Olivenöl, hält er sich gekühlt auch bis zu 4 Wochen.

Bei diesem Brotaufstrich harmoniert das dezente Aroma der Zucchini mit dem kräftigen Geschmack der Walnuss sowie den frischen Kräutern. Der würzige Zucchini-Walnuss-Aufstrich ist ein perfekter Begleiter zu frisch gebackenem Baguette, als Dip zu Rohkost oder als selbstgemachtes Mitbringsel für Familie und Freunde.

## Zutaten

- ▶ 100 g Walnusskerne
- ▶ 2-3 Zucchini
- ▶ 30 g Olivenöl
- ▶ 3 Knoblauchzehen
- ▶ 1 Zitrone
- ▶ 1 Zwiebel (rot)
- ▶ 1 Chili
- ▶ 2 Zweige Rosmarin
- ▶ 2 Zweige Thymian
- ▶ 1 Zweig Salbei
- ▶ Salz

- Die Zutaten waschen und abtrocknen.
- Zucchini vierteln, Knoblauch schälen, Zitrone in Scheiben schneiden, Chili entkernen und in Streifen schneiden, die Kräuter abzupfen. Alle Zutaten bis auf das Salz in eine Schüssel füllen und mit Olivenöl vermengen.
- Danach alles in eine Fettpfanne oder auf ein Backblech mit Backpapier legen und im vorgeheizten Backofen 45-60 Minuten bei 200°C garen lassen.
- Die warme Masse in einen Mixer geben, die gegarten Zitronenscheiben über der Masse auspressen und entfernen. Alles zu einem geschmeidigen Aufstrich pürieren.
- Gegebenenfalls noch etwas Olivenöl hinzufügen und dann mit Salz abschmecken. In saubere Gläser füllen. 🍴

Rezept & Bilder:  
Margarete Maria Preker

Instagram @imagina\_von\_rosenberg

Facebook /ImaginaVonRosenberg

www.brotpassion.de



# BUTTERMILCH- SESAM-KRÜSTE



**Tipp**  
0,5 g Frischhefe  
entspricht in  
etwa einer  
erbsengroßen  
Menge.

Für Einsteiger  
geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	Dinkel, Hartweizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	weich
Zeit gesamt:	20,5-26,5 Stunden
Zeit am Backtag:	2 Stunden
Backzeit:	50-55 Minuten
Starttemperatur:	220-230°C
Backtemperatur:	220-230°C
Schwaden:	nein

Rezept & Bilder: Michelle Deschner  
@mimipustebume

Dieses einfache Topfbrot mit Dinkelmehl bekommt seinen ganz besonderen Geschmack durch eine lange Gare und frische Buttermilch. Olivenöl sorgt für einen leicht mediterranen Touch, der Sesammantel für eine krachend nussige Kruste. Ein perfektes Brot für jede Gelegenheit.

- Alle Zutaten 3-4 Minuten von Hand verkneten.
- Den Teig bei Raumtemperatur für 18-24 Stunden zur Gare stellen. Etwa nach der Hälfte der Zeit einmal dehnen und falten.
- Die Arbeitsfläche etwas bemehlen und mit Sesam bestreuen. Den Teig darauf geben und zu einem runden Laib formen.
- Mit dem Schluss nach unten ins Gärkörbchen legen und nochmal für 1 Stunde bei Raumtemperatur gehen lassen.
- Den Backofen mit Topf auf 220-230°C Ober-/Unterhitze vorheizen und das Brot 40 Minuten im Topf mit Deckel backen. Danach den Deckel abnehmen und für weitere 10-15 Minuten fertigbacken. ■

## Quellstück

- ▶ 5 g Flohsamenschalen
  - ▶ 100 g Wasser
- Die Zutaten miteinander vermischen und mindestens 10 Minuten quellen lassen.

## Hauptteig

- ▶ Quellstück
- ▶ 400 g Dinkelmehl 630
- ▶ 185 g Hartweizengrieß
- ▶ 110 g Wasser
- ▶ 250 g Buttermilch
- ▶ 15 g Salz
- ▶ 0,5 g Frischhefe
- ▶ 10 g Olivenöl

- Zum Bestreuen
- ▶ Sesam

Vom **Bauernhof**  
zur **Backstube**

# Pionier-Arbeit

Text: Christoph Bremer

Fotos: Christoph Bremer, Henrik Matzen, Claudia Heckl



Es gibt so Geschichten von Bäckereien, die fallen ein wenig aus dem Raster. Da ist es nicht die klassische Historie, in der ein Betrieb von einer Generation zur nächsten übergeben wird. Das Passader Backhaus ist so ein Fall. Aus einem ganz normalen norddeutschen Bauernhof wurde zunächst ein Bio-Betrieb. Aus heutiger Sicht klingt das wenig spektakulär, aber in den 1970er-Jahren war Bio-Landwirtschaft noch echte Pionierarbeit. Für die damalige Zeit ebenso ungewöhnlich war die spätere Entscheidung, das mit viel Sorgfalt gesäte und geerntete Getreide auch noch selbst zu verarbeiten und daraus Brot herzustellen.

**E**s ist kurz vor 7 Uhr. Im Hofladen wird gerade das Licht angeknipst, in wenigen Minuten soll der Verkauf beginnen. Kunden sieht man noch nicht, auch die kleine Kaffee-Ecke ist noch komplett verwaist. Dafür herrscht in der Backstube reges Treiben. Aus dem kleinen Verkaufsraum hat man einen perfekten Blick auf die Tätigkeiten der Bäckerinnen und Bäcker. Ihre Schicht endet bereits in ein, zwei Stunden. Dann kommt auch das letzte Brot frisch aus dem Ofen und die Verkaufswagen werden allesamt den Hof verlassen haben, um auf Wochenmärkten und festen Touren die Ware zu den Kunden zu bringen.

Mit einem herzlichen „Moin“ wird man begrüßt. Wir sind schließlich im hohen Norden. Passade liegt idyllisch am gleichnamigen See, inmitten der Probstei im Landkreis Plön. Etwa 10 Kilometer sind es bis zur Ostsee, knapp 20 bis nach Kiel. Der nächstgrößere Ort: Schönberg. Ein vor allem in den Sommermonaten bei Touristen beliebtes Reiseziel.

„Bevor ich hier angefangen habe, musste ich erstmal nachgucken, wo Passade überhaupt liegt“, sagt Oliver Grube mit einem Lächeln. „Wenn man aus Kiel kommt, verschlägt es einen doch eher selten hierher.“ Grube, kräftig, fester Händedruck – wie es sich für einen

Gerhard Götsch,  
Matthias Schiller  
und Olaf Knickrehm  
(von links) auf  
einem der Felder,  
auf denen das Bio-  
Getreide für das  
Passader Backhaus  
angebaut wird



Nicht nur Vollkornmehl wird verarbeitet, auch Weißmehl kommt zum Einsatz. Wie bei diesem Ciabatta-Teig





Im Passader Backhaus wird noch richtig im Holzofen gebacken



Das Holzofenbrot trägt seinen Namen daher völlig zu Recht



Produktionsleiter Oliver Grube an einer Mühle für Demonstrationszwecke



Beim Wirken ist Teamwork angesagt. Passend zur Saison sind hier gerade die Teiglinge des Kürbisbrottes in der Mache

Bäckermeister gehört – arbeitet erst seit 2018 im Passader Backhaus. Anfang 2019 hat er dann die Produktionsleitung übernommen.

„Das war so nicht geplant“, gesteht der Vater zweier kleiner Kinder. Als sein Vorgänger aufhörte, da habe er eben übernommen. An seiner Seite Sonja Neumann-Lamp, eine erfahrene und wichtige Mitarbeiterin, die seit über 20 Jahren im Betrieb arbeitet. „Sonja geht allerdings in Kürze in Mutterschutz, dann bin ich auf mich allein gestellt“, so Grube.

Vor der Aufgabe hat er Respekt, das merkt man ihm an. Seine größte Sorge ist aber nicht, den Job auch gut zu machen. Vielmehr treibt ihn um, seine eigentliche Berufung könne zu kurz kommen. „Momentan bin ich noch zu 70 Prozent in der Backstube. Das ist eigentlich optimal“, sagt er. Künftig wird das Büro mehr Zeit in Anspruch nehmen, das wisse er. Aber die Balance müsse stimmen. „Ich hoffe, das bekomme ich hin.“

Grube ist mit Leib und Seele Bäcker. Und wenn man ihm zuhört, bekommt man leicht das Gefühl, als wäre er schon ewig in Passade dabei. Er kennt die Historie des Unternehmens, weiß um die besondere Geschichte. „Das unterscheidet sich hier schon sehr von meiner vorigen Station.“ Bio sei halt etwas anderes als konventionelle Bäckerei, in der er vorher gearbeitet hat. Alles lief etwas entspannter, man ginge auch ganz anders mit Fehlern um. Zudem herrsche ein anderer Umgangston. Nicht so rau, wie er das sonst gewohnt war.

Einer, der diesen Ton vorgibt, ist Olaf Knickrehm. Der hochgewachsene Mann ist geschäftsführender Gesellschafter und ein echtes Passader Urgestein. Nicht nur, weil er aus der Gegend kommt. Schon als Student hat er hier gearbeitet und den Backbetrieb mit aufgebaut. „Ich war auch zwischendurch woanders, hab während und nach meinem Studium in Hamburg gelebt und gearbeitet, aber am Ende hat es mich hierher zurückgezogen.“ In die Gegend und in den Betrieb, wie er sagt. Auch wenn seine Freunde sich gewundert hätten. „Du willst doch jetzt nicht etwa wieder Brot verkaufen, haben Sie mich gefragt“, schmunzelt er. Der Diplom-Betriebswirt lässt zaghaft durchblicken, dass





er dafür finanziell lukrativere Jobs sausen gelassen hat. Es gäbe eben auch wichtigeres als Geld, erwähnt er beiläufig.

Knickrehm liebt und lebt den Betrieb. Erzählt mit Begeisterung von den Anfängen, als der Landwirt Gerhard Götttsch den Hof seiner Eltern zu einem Bio-Betrieb umgebaut hat. „Da haben hier viele mit dem Kopf geschüttelt und gedacht, lass den mal machen, der wird schon wieder zur Vernunft kommen und sein Korn so anbauen, wie sich das gehört.“ 1974 war das und Götttsch somit einer der ersten Öko-Landwirte in Schleswig-Holstein.

Sein Antrieb für die Neuorientierung war die, wie man heute weiß, berechtigte Sorge, dass sich die Pflanzenschutzmittel als Rückstände in Nahrungsmitteln wiederfinden und darüber hinaus Boden und Lebewesen belasten. „Am Anfang hatte er echte Pionierarbeit zu leisten. Es gab ja kaum Erfahrungswerte, wie so eine Umstellung funktioniert, wie man das wirtschaftlich hinbekommt. Und Literatur zu dem Thema war auch Mangelware“, so Knickrehm.

Götttsch hatte also viel zu lernen und und probierte einiges aus, bis er es verstand, seine Anbaumethoden derart anzupassen, dass sie für die Böden des Hofes und die Witterung der Region passten. 2013 ging Götttsch in Rente. Seitdem bewirtschaftet Matthias Schiller, ebenfalls erfahrener Bio-Bauer, die Flächen des Hofes weiter. Aber man sieht Götttsch noch immer mal wieder bei der Arbeit. So ganz kann er es eben nicht lassen.

Bis die ersten Brote aus dem Passader Bio-Getreide entstanden, dauerte es aber noch. Mitte der 1980er-Jahre entschloss sich Susan Götttsch, die Frau von Gerhard Götttsch, aus dem selbst angebauten Korn Brot zu backen. Auch, damit der Hof einen verlässlichen Abnehmer für seine hochwertigen Rohstoffe hatte. Die Bäckerei wiederum profitierte umgekehrt von den kurzen Wegen. Doch auch wenn Susann Götttsch für ihre vierköpfige Familie ohnehin schon immer das Brot selber machte, von der Idee bis zur Eröffnung der Backstube vergingen einige



**Olaf Knickrehm, geschäftsführender  
Gesellschafter des Passader Backhauses**

Auch im Winter wird natürlich angebaut, die Saat des Winterroggens ist bereits aufgegangen





Verkaufswagen versorgen Brotliebhaber auf vielen Wochenmärkten sowie auf festgelegten Touren durch verschiedene Ortschaften



Drei Filialen hat die Bäckerei. Herzstück ist der eigene Hofladen direkt an der Backstube

Jahre. Nachdem alle Behördengänge getan, die Genehmigungen vorlagen und die nötigen Umbauten im Wohnhaus vorgenommen waren, eröffnete 1987 die Hofbäckerei.

Neben einem Weizenvollkornbrot war das Passader Roggenschrot das erste Brot im Verkauf. Zunächst fand der Verkauf noch im Flur des Wohnhauses statt, bis 1993 schließlich der Hofladen eröffnete. Das Rezept hatte Susan Göttisch von der Mutter eines Erntehelfers bekommen. Mit der Zeit wurde die Rezeptur immer wieder ein bisschen verfeinert. Das Sauerteigschwarzbrot bestehend aus Roggenschrot, etwas Dinkel sowie Sonnenblumenkernen und Leinsamen, avancierte zum Verkaufsschlager.

Auch heute ist diese Sorte noch eine der meistverkauften des Passader Backhauses.

Wenngleich sie es etwas schwerer hat als noch zu Anfangszeiten. „Vollkorn ist ein wenig aus der Mode gekommen“, sagt Knickrehm. „Man möchte das Gegenteil annehmen, da das Thema gesunde Ernährung für viele Menschen eine immer größere Rolle einnimmt und Vollkorn da eigentlich die Nase vorn hat. Aber auch Brotsorten unterliegen halt modischen Schwankungen.“

Oliver Grube hat noch eine andere Vermutung: „So ein ganzes Passader Roggenschrot ist schon ein ganz schöner Oschi. Und die Großfamilie, in der das in ein, zwei Tagen verputzt ist, die gibt es halt kaum noch. Vielleicht müssten wir mal eine kleinere Variante anbieten“, so Grube, während er und seine Kollegen den Klassiker aus dem Ofen holen und unzählige Körbe damit befüllen.

Brache gehört zum Ökolandbau dazu. Durch Klee wird der Boden mit Stickstoff versorgt und muss nicht, wie bei der konventionellen Landwirtschaft, künstlich von außen versorgt werden



Ein Klassiker entsteht: das Passader Roggenschrot

Und damit ist das Tagwerk dann auch so gut wie getan. Zumindest für die Jungs und Deerns in der Backstube. Während die letzten Aufräumarbeiten beginnen und es ans Säubern geht, herrscht im Hofladen nun reger Betrieb. Auch die kleine Kaffee-Ecke ist inzwischen voll besetzt. Es wird gefrühstückt und geklönt. Mittendrin ein Pionier der Bio-Landwirtschaft: Gerhard Göttisch. 🌱







Das Schwarzbrot, mit dem die Geschichte der Backstube begann, besteht hauptsächlich aus grobem Roggenschrot

Ein Anteil Dinkelvollkornmehl dient zur Verfeinerung der Krume. Leinsamen und Sonnenblumenkerne runden den Geschmack dieses herzhaften Brotes ab



Passader Backhaus  
Dörpstraat 11  
24253 Passade

-  /PassaderBackhaus
-  www.passader-backhaus.de
-  info@passader-backhaus.de
-  /PassaderBackhaus



# INDISCH CURRY

Rezept & Bild: Marlon Gnauck

## Sauerteig

- ▶ 100 g Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 100 g Wasser
- ▶ 10 g Anstellgut

Die Zutaten mischen und 16-20 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur ruhen lassen.

## Vorteig

- ▶ 100 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 100 g Wasser (eiskalt)
- ▶ 0,1 g Frischhefe

Die Zutaten mischen und 12-20 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur ruhen lassen.

## Quellstück

- ▶ 100 g Roggenschrot
- ▶ 60 g Kokosmilch
- ▶ 6 g Honig
- ▶ 6 g Rapsöl
- ▶ 12 g Kokosraspel geröstet
- ▶ 8 g Curry
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 230 g Buttermilch
- ▶ 60 g Ananasstücke

Die Zutaten mischen und 12-20 Stunden im Kühlschrank quellen lassen.

## Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Vorteig
- ▶ Quellstück
- ▶ 240 g Weizenmehl 550
- ▶ 50 g Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 6 g Frischhefe

„Das da“, sagt Marlon Gnauck augenzwinkernd, ist das meist gewünschte Brot in Bäckereien. Denn viele Kunden zeigen auf das Brot, anstatt dessen Namen zu nennen. Der Bäcker aus der Nähe von Dresden hat sich einen Spaß daraus gemacht und präsentiert in seinem Laden regelmäßig ausgefallene Brote als „Das da“. So wie dieses Indisch Curry, das ganz eigene Geschmäcker miteinander verbindet und so zu einem Aroma-Highlight auf dem Tisch avanciert.

Schwierigkeitsgrad: ★★★★★

Getreide: Weizen, Roggen

Triebmittel: Sauerteig, Hefe

Teigkonsistenz: bindig

Zeit gesamt: 20-28 Stunden

Zeit am Backtag: 3,5 Stunden

Backzeit: 50 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 220°C  
nach 10 Minuten

Schwaden: Beim Einschießen,  
nach 10 Minuten ablassen

☉ Die Zutaten – ohne Quellstück – 8 Minuten langsam mischen, dann das Quellstück zugeben und etwa 8 Minuten schneller kneten.

☉ Den Teig 60 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur nachquellen lassen.

☉ Den Teig rundwirken und mit Schluss nach unten im Gärkorbchen 1 Stunde ruhen lassen.

☉ Den Ofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

☉ Den Teigling aus dem Gärkorb stürzen, einschneiden und mit Dampf in den Ofen geben. 10 Minuten anbacken, dann die Temperatur auf 220°C senken und weitere 40 Minuten backen. ■







Für Einsteiger  
geeignet

<b>Schwierigkeitsgrad:</b>	☆☆☆
<b>Getreide:</b>	Dinkel
<b>Triebmittel:</b>	Lievito Madre, Hefe
<b>Teigkonsistenz:</b>	leicht klebrig, bindig
<b>Zeit gesamt:</b>	4-5 Stunden
<b>Zeit am Backtag:</b>	4-5 Stunden
<b>Backzeit:</b>	50 Minuten
<b>Starttemperatur:</b>	175°C
<b>Backtemperatur:</b>	175°C
<b>Schwaden:</b>	nein

**Tipp**  
Wer keine Lievito  
Madre zur Verfügung  
hat, kann die  
Hefemenge einfach  
auf insgesamt 20 g  
erhöhen.

# ROSINENBROT

Mit diesem Rezept gelingt ein luftiges, nicht zu süß schmeckendes Rosinenbrot. Es harmoniert vorzüglich mit Butter oder Marmelade. Egal ob zum Frühstück, zum Kaffee oder Tee am Nachmittag – es schmeckt einfach zu jedem süßen Anlass.

Rezept & Bilder: Bärbel Adelhelm

/Alltagstipps-und-Rezepte-einer-  
schwäbischen-Allrounderin-  
990114201022031

## Zutaten

- ▶ 500 g Dinkelmehl 605 (alternativ Weizenmehl 550)
- ▶ 100 g Hartweizenmehl (alternativ Hartweizengrieß)
- ▶ 50 g Emmermehl (alternativ Kamut- oder Kastanienmehl)
- ▶ 300 g Milch
- ▶ 100-120 g Rosinen
- ▶ 100 g Lievito Madre
- ▶ 70 g Butter (alternativ Margarine)
- ▶ 60 g Zucker
- ▶ 4 g Salz
- ▶ 3 g Frischhefe

### Zum Bestreuen

- ▶ 2 Eigelb
- ▶ Hagelzucker



- Alle Zutaten – bis auf die Rosinen – 4-5 Minuten auf langsamer Stufe verkneten, dann 2 Minuten auf schnellerer Stufe. Erst danach vorsichtig die Rosinen unterheben.
- Den Teig 2-3 Stunden zugedeckt zur Gare stellen. Das Volumen sollte sich sichtbar vergrößert haben.
- Danach auf eine bemehlte Arbeitsfläche stürzen und in drei gleich große Stücke teilen. Jedes Stück locker zu einer Kugel formen und 10 Minuten zugedeckt entspannen lassen.
- Die Kugeln zu längeren Strängen formen, ohne dabei viel Kraft aufzuwenden. Die entstandenen Stränge vorsichtig mit den Händen etwas in die Breite ziehen und von der breiten Seite her jeweils einmal von links und einmal von rechts nach innen zur Mitte einschlagen. Mit etwas Mehl ringsherum bestauben.
- Die drei Stränge auf Backpapier zu einem Zopf flechten. Den Zopf mitsamt des Backpapiers in eine passende Kastenform (23 x 11 x 9,5 cm) geben. Das Ganze für 30-40 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur zur Gare stellen.
- Kurz vor Ende der Garzeit den Teigling mit Eigelb bestreichen und mit Hagelzucker bestreuen. Danach in den kalten Backofen geben und für 40 Minuten bei 175°C Ober-/Unterhitze backen. Im Anschluss auf Umluft umschalten und nochmals 10 Minuten backen. ■

# Leckere Vorweihnachtszeit

Festlich  
Backen

## Festlich Backen

Ausgabe 04/2019  
www.brot-magazin.de

IM HEFT

Mehr als  
**40 Rezepte**  
lecker, kreativ,  
gelingsicher

**Weihnachtsklassiker**

Hausgemachte Stollen,  
Julekake und Panettone

**Gutes drauf**

Leckere Aufstriche  
in Minutenschnelle

**Geschmackserlebnis**

Wie Brot und Wein  
perfekt harmonieren

**Glutenfrei genießen**

So gelingen Lebkuchen,  
Gewürz- und Walnussbrot

Brot, Kuchen & Kekse

Kreative Backideen  
für besondere Anlässe

## Brot zum Fest

€ 8,50

04 8,50 EUR

A: 9,40 Euro, CH: 12,90 sFR, BeNeLux: 9,80 Euro

Brot  
Sonderheft

Jetzt bestellen:  
040/42 91 77-110  
service@brot-magazin.de

# BONA POLENTA

## Vorteig

- ▶ 80 g Farina Bona (alternativ Maismehl)
- ▶ 160 g Milch (kalt)
- ▶ 0,1 g Frischhefe

Alle Zutaten miteinander vermischen und abgedeckt 10-12 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen.



### Tipp

0,1 g Frischhefe entspricht einer Reiskorn-großen Menge.



## Brühstück

- ▶ 40 g Maisgrieß (fein)
- ▶ 200 g Wasser (kochend)

Den Maisgrieß mit dem heißen Wasser übergießen und abdecken. Nach dem Abkühlen bis zur Verwendung in den Kühlschrank stellen.

## Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ Brühstück
- ▶ 300 g Weizenmehl 550
- ▶ 150 g Ruchmehl (alternativ Weizenmehl 1050)
- ▶ 150 g Milch
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 5 g Frischhefe

Im Tessin, italienischsprachigem dem Süden der Schweiz, wird ein spezielles Mehl hergestellt: das Farina bona. Es besteht aus gerösteten Maiskörnern. Geschmacklich erinnert es an Popcorn, das diesem Brot eine besondere Note verleiht. Für eine längere Frischhaltung kommt noch ein Polenta-Brühstück mit in den Teig.

☉ Alle Zutaten zuerst 3 Minuten langsam und dann 7 Minuten schnell verkneten. Abgedeckt für insgesamt 6,5 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen. Nach 2,5 Stunden dehnen und falten.

☉ Den Teig in drei Teile aufteilen und zu Strängen rollen. Daraus einen Dreistrangzopf flechten und diesen zu einer Schnecke aufrollen. Auf Backpapier abgedeckt 75 Minuten gehen lassen.

☉ In der Zwischenzeit den Ofen mit Topf auf 240°C vorheizen. Den Teigling mit Mehl bestäuben und mitsamt Backpapier in den heißen Topf geben. Deckel drauf legen und bei 240°C backen. Nach 10 Minuten die Temperatur auf 220°C senken und weitere 30-35 Minuten backen. ■

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	Weizen, Mais
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	bindig
Zeit gesamt:	18,5-21 Stunden
Zeit am Backtag:	8,5 Stunden
Backzeit:	45 Minuten
Starttemperatur:	240°C
Backtemperatur:	220°C nach 10 Minuten
Schwaden:	Nein





# KÜRBISKERNKASTEN

Vollkornmehl, Kürbiskernmehl, Roggenschrot und Kürbiskerne geben diesem Brot einen kernigen, würzigen und nussigen Charakter. Das Brot lässt sich ohne Knetmaschine zubereiten und hält sich locker mehrere Tage frisch.

🕒 Die Zutaten auf langsamer Stufe etwa 7 Minuten mischen und weitere 5 Minuten auf schnellerer Stufe zu einem weichen und homogenen Teig kneten.

🕒 Den Teig abgedeckt etwa 60 Minuten gehen lassen. Währenddessen eine Kastenform (23 x 11 x 9,5 cm) fetten und bemehlen oder mit Backpapier auslegen.

🕒 Den Teig mit nassen Händen aus der Teigschüssel heben, in die vorbereitete Kastenform setzen und glatt streichen. Die Oberfläche mit Kürbiskernen bestreuen

🕒 Den Teigling abgedeckt weitere 120 Minuten gehen lassen.

🕒 Das Brot bei 250°C Ober-/Unterhitze mit Dampf in den gut vorgeheizten Backofen geben, die Temperatur sofort auf 200°C senken und 45 Minuten backen. Danach das Brot vorsichtig aus der Form nehmen und weitere 45 Minuten ohne Form bei 180°C backen. Während des Backens immer mal wieder den Dampf ablassen, um eine kräftige Kruste zu erzielen. 🍴

**Schwierigkeitsgrad:** ★★★☆

**Getreide:** Weizen, Roggen

**Teigkonsistenz:** weich

**Triebmittel:** Sauerteig, Hefe

**Zeit gesamt:** 18 Stunden

**Zeit am Backtag:** 5 Stunden

**Backzeit:** 90 Minuten

**Starttemperatur:** 250°C

**Backtemperatur:** 200°C,  
180°C nach 45 Minuten

**Schwaden:** beim Einschließen,  
regelmäßig ablassen

## Tipp

Man kann das Brot auch mit Saaten, Kernen, Nüssen oder Flocken bestreuen.

Text & Bild:  
Ben Bembnista

📷 @brotpoet

📘 /brotpoet

🌐 www.brotpoet.de

## Sauerteig

- ▶ 100 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 70 g Wasser (warm)
- ▶ 15 g Anstellgut

Die Zutaten vermischen und 12-14 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur reifen lassen.

## Vorteig

- ▶ 100 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 100 g Wasser (kalt)
- ▶ 0,5 g Frischhefe

Die Zutaten vermischen und abgedeckt 12-14 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

## Quellstück

- ▶ 120 g Kürbiskernmehl
- ▶ 100 g Roggenschrot
- ▶ 280 g Wasser
- ▶ 4 g Salz

Die Zutaten mit dem Wasser verrühren und abgedeckt 4-14 Stunden bei Raumtemperatur quellen lassen.

## Autolyseteig

- ▶ 200 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 120 g Wasser

Den Teig zu einem festen, bindigen Teig verkneten. Danach abgedeckt 30-45 Minuten bei Raumtemperatur ruhen lassen.

## Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Quellstück
- ▶ Autolyseteig
- ▶ 60 g Kürbiskerne (geröstet)
- ▶ 15 g Kürbiskernöl (alternativ Rapsöl oder Olivenöl)
- ▶ 8 g Salz
- ▶ 2,5 g Frischhefe



Der Bäcker aus **Traiskirchen**

# Brot, dünn wie Papier

20 Kilometer südlich von Wien liegt die Gemeinde Traiskirchen mit ihren 18.000 Einwohnern. In einer kleinen Oase des Ortes wirbelt der syrische Bäcker Mohammad Al Johmani orientalische Fladenbrote durch die Lüfte. Aus einem unwirten Grundstück haben Geflüchtete hier ein landwirtschaftliches wie kulinarisches Kleinod geschaffen.

**E**r backt und schweigt. Ernst und ehrfürchtig sieht Mohammad Al Johmani aus, wenn er seinen Beruf ausübt. Hauchdünn wie Papier sollen hunderte Fladenbrote werden, die er binnen weniger Stunden backt. In seiner Heimat, dem 18-Millionen-Einwohner-Land Syrien, beherrscht pro 25.000 Einwohner nur ein Bäcker diese Handwerkskunst.

Eine Legende? Mag sein, aber man will es glauben.

Den Teig aus Weizenmehl, Wasser, Salz und Hefe knetet der 39-Jährige wie Pizzateig in der Luft, wälzt ihn über ein Luftkissen und kippt diesen Ballon-artigen Polster auf eine gusseiserne Backfläche. Nach wenigen Sekunden wirft der blasse Teig Blasen und der Rand hebt sich ab.

Danach ein Aha-Erlebnis: so dünn und trotzdem so viel Geschmack. Richtig angelaufen ist alles erst mit Mohammads Fähigkeit – seit

vergangenem Jahr tischen Flüchtlinge im „Garten der Begegnung“ im österreichischen Traiskirchen jeden Samstag bei schönem Wetter orientalisches Frühstück auf. Humus, Falafel, Baba Ghanoush (Püree aus Melanzani und Sesampaste), syrischer Käse, afghanisches Chutney und vielleicht das Wichtigste: Gemüse aus Eigenanbau.

Auf einem unwirten Grundstück neben dem Flüchtlingslager entstand vor drei Jahren ein öko-soziales Landwirtschaftsprojekt, das seitdem wächst und wächst.

Auf dem einen Hektar großen Grundstück, das die Gemeinde zur Verfügung stellte, ernten etwa 40 Flüchtlinge 2 bis 2,5 Tonnen Gemüse, Obst und Kräuter im Jahr. Ein Teil wird an den Sozialmarkt geliefert, ein Teil braucht das Team für Chutneys, Tees, Marmeladen, Sugas oder Kräutersalz und kleine Mengen der Rohkost werden für das orientalische Frühstück verarbeitet.



Das Brot ist  
aromatisch - auch  
ohne Belag





Vom Kissen kommt der Teig auf die heiße Backplatte

Für Garten-Obmann Nikolai Ritter ist das jedoch nicht die ganze Geschichte: „Es steckt so unglaublich viel Handarbeit in dem Garten. Das Frühstück war der Meilenstein, aber der Garten ermöglicht doch erst – abseits von Bahnhöfen – eine Begegnung mit Flüchtlingen.“

Die kleine Oase blüht durch all ihre Helfer wie Delschad Bazari auf: Der Tischler und die gute Seele des Projekts, serviert mit seinen Kollegen bis zu 120 Frühstücksteller an sonnigen Tagen. Die Gäste kommen aus dem Burgenland, Traiskirchen, Wien oder sogar Kärnten für einen Tagesausflug.

Bazari erklärt: „Zu einem typisch syrischen Frühstück gehören Pita, Falafel, Käse, Oliven, Marmelade und Makdous – auch wir tischen sie auf. Das sind eingelegte Melanzani mit Walnüssen, Pfeffer und Olivenöl gefüllt. Traditionell wird dazu schwarzer Tee mit Zucker getrunken, aber im Garten brühen wir auch Kaffee nach syrischer Art auf: ungefiltert mit viel Kardamom.“

Dass in Traiskirchen ein talentierter Fladenbrot-Bäcker arbeitet, hat sich auch zu Barbara van Melle, Leiterin von Slow Food Wien, herumgesprochen. Sie engagierte den Vater von fünf Kindern, der einst in Dar'ā mit einem Geschäftspartner ein Unternehmen führte und Aufträge



Nach wenigen Sekunden wirft der Teig Blasen

Text: Anita Kattinger  
Bilder: KURIER/Jeff Mangione

Aus dem eigenen Garten kommen viele  
Zutaten für verschiedene Beilagen



Wo das Land vor drei Jahren noch  
brach lag, blüht es heute allerorten

aus Dubai, Jordanien und dem Libanon erhielt, für vier Workshops in ihrem Brotback-Atelier.

Als anerkannter Flüchtling braucht Al Johmani keine eigene Beschäftigungsbewilligung. Beide Termine waren binnen Stunden nur durch Verschicken des Newsletters ausgebucht. Bei einem Workshop feierte eine Braut mit ihren 13 Freundinnen in der Backstube ihren Polterabend. Auf dem Kursprogramm standen syrische Teigtaschen, die eingefroren wurden und von der Braut beim Hochzeitsfest Agape aufgetischt werden. Auch in Syrien sind diese Teigtaschen ein traditionelles Hochzeitsgebäck. So treffen sich die Kulturen wieder. 🍞

An jedem zweiten Wochenende wird der Garten  
zur Begegnungsstätte – Mohammad Al Johmani  
als Bäcker im Zentrum



# Kompakter Einstieg

Zwei Jahre lang hat Valesa Schell in ihrer Einsteiger-Serie Einblicke in die Grundlagen des heimischen Backens gegeben. Dabei galt immer: So praxisnah wie möglich, so theoretisch wie nötig. Nun erscheint dieses Wissen geballt in der neuen BROTFibel. Mit ihr hat man alle Grundlagen des Backens von Brot, Brötchen & Co. schnell und kompakt zur Hand.



**S**auerteig, 28 Stunden Zeitaufwand, 0,1 g Frischhefe, Nullteige, Stockgare, Stückgare, Schwaden... Ja, wenn man ein Brot-Rezept zum ersten Mal liest, dann kann man sich schon erschlagen fühlen im Angesicht all der Fachwörter, Gerätschaften und des Zeitaufwandes.

So ging es auch Valesa Schell vor ihrem ersten Brot. Inzwischen betreibt sie nicht nur eine der größten Facebook-Gruppen zum Thema Brotbacken, sondern ist selbst anerkannte Heimbäckerin und Buchautorin. Über die Jahre hat sie sich eine Menge Wissen angeeignet, in Kursen, Gesprächen, mit Versuch und Irrtum.

All diese Erfahrung behält Valesa aber nicht für sich. Immer teilt sie ihr Wissen bereitwillig während sie selbst nicht müde wird, Neues zu lernen.

In 12 Folgen des BROT-Einsteiger-Kurses ist über zwei Jahre eine Menge Wissen zusammengekommen. Über die verschiedenen Triebmittel wie Hefe, Sauerteig, Lievito Madre oder Hefewasser, aber auch über das Aufarbeiten von Teigen, das Verwenden von Hilfsmitteln wie Nullteigen, über die wichtigsten Handgriffe und Kniffe.

All das gibt es jetzt kompakt auf 84 Seiten in der BROTFibel Basis-Wissen, die ab sofort vorbestellbar ist. Geliefert wird sie pünktlich zum Weihnachtsfest. Denn für alle, die sich Wissen ohne viel Ballast anlesen oder es vertiefen wollen, ist dies das perfekte Weihnachtsgeschenk. 🍞

### Qualität


Der Teig sollte nicht zu trocken sein, sondern ein wenig feucht sein. Er sollte sich leicht an den Händen anfühlen, aber nicht zu klebrig sein. Ein guter Indikator ist die Feuchtigkeit der Hände. Wenn die Hände trocken sind, ist der Teig zu trocken. Wenn die Hände nass sind, ist der Teig zu feucht.



**Qualität**  
Der Teig sollte nicht zu trocken sein, sondern ein wenig feucht sein. Er sollte sich leicht an den Händen anfühlen, aber nicht zu klebrig sein. Ein guter Indikator ist die Feuchtigkeit der Hände. Wenn die Hände trocken sind, ist der Teig zu trocken. Wenn die Hände nass sind, ist der Teig zu feucht.

## Sauer macht fluffig

Kein Teig wird ohne Sauerflieger auskommt. Er liefert das Brot, macht es locker fluffig und gibt ihm nach dem Backen einen besonderen Geschmack. Das Brot schmeckt nicht nur besser, sondern ist auch gesünder. Sauerflieger enthält Milchsäure, die die Verdauung erleichtert und das Immunsystem stärkt.



Kein Teig wird ohne Sauerflieger auskommt. Er liefert das Brot, macht es locker fluffig und gibt ihm nach dem Backen einen besonderen Geschmack. Das Brot schmeckt nicht nur besser, sondern ist auch gesünder. Sauerflieger enthält Milchsäure, die die Verdauung erleichtert und das Immunsystem stärkt.

### Rundwirken

Zunächst werden die Aufstellmasen rundum zur Mitte hin gefaltet. Ist der Teigling rund, wird er umgedreht. Durch kreisende Bewegungen mit der hohlen Hand wird der Teigling geformt.



Zunächst werden die Aufstellmasen rundum zur Mitte hin gefaltet. Ist der Teigling rund, wird er umgedreht. Durch kreisende Bewegungen mit der hohlen Hand wird der Teigling geformt.

### Langwirken - 1. Technik

Den runden Teigling umdrehen, mit den Fingern und Daumen Druck etwas flacher drücken. Die oberen Seiten zur Mitte hin falten und etwas andrücken. Die unteren Seiten ebenfalls zur Mitte hin falten und etwas andrücken. Wenn der Teigling etwas viel Druck und mit möglichst wenig Mehl auf der Arbeitsfläche nach etwas runder formen, sodass sich die Natursäure abschließt. Wir möchten, dass die Aufstellmasen etwas später ausfallen.



Den runden Teigling umdrehen, mit den Fingern und Daumen Druck etwas flacher drücken. Die oberen Seiten zur Mitte hin falten und etwas andrücken. Die unteren Seiten ebenfalls zur Mitte hin falten und etwas andrücken. Wenn der Teigling etwas viel Druck und mit möglichst wenig Mehl auf der Arbeitsfläche nach etwas runder formen, sodass sich die Natursäure abschließt. Wir möchten, dass die Aufstellmasen etwas später ausfallen.

### Rezept Baguette


Das Rezept enthält alle Zutaten und Anweisungen für das Backen von Baguetten. Es ist ein klassisches Rezept, das in vielen Bäckereien verwendet wird.



Das Rezept enthält alle Zutaten und Anweisungen für das Backen von Baguetten. Es ist ein klassisches Rezept, das in vielen Bäckereien verwendet wird.

### Rezept Dinkel-Krustchen

Das Rezept enthält alle Zutaten und Anweisungen für das Backen von Dinkel-Krustchen. Es ist ein Rezept, das für eine gesunde Ernährung geeignet ist.



Das Rezept enthält alle Zutaten und Anweisungen für das Backen von Dinkel-Krustchen. Es ist ein Rezept, das für eine gesunde Ernährung geeignet ist.

### Rezept Dinkel-Krustchen

Das Rezept enthält alle Zutaten und Anweisungen für das Backen von Dinkel-Krustchen. Es ist ein Rezept, das für eine gesunde Ernährung geeignet ist.



Das Rezept enthält alle Zutaten und Anweisungen für das Backen von Dinkel-Krustchen. Es ist ein Rezept, das für eine gesunde Ernährung geeignet ist.

## BROT FIBEL BASIS-WISSEN

84 Seiten mit zahlreichen Abbildungen  
ISBN: 978-3-939806-99-8  
Preis: 19,80 Euro  
Zu bestellen: [www.brot-magazin.de/einkaufen](http://www.brot-magazin.de/einkaufen)

## Knetfrei in den Topf

Aus New York kam der Trend zum Backen im Topf. Er geht auf Jim Lahey zurück, der das private Backen damit revolutionierte. Er entwickelte ein Rezept für ein Brot, das ohne Kneten hergestellt wird und dabei richtig viel Aroma entwickelt.



Der Trend zum Backen im Topf nahm seinen Anfang in New York. Er geht auf Jim Lahey zurück, der das private Backen damit revolutionierte. Er entwickelte ein Rezept für ein Brot, das ohne Kneten hergestellt wird und dabei richtig viel Aroma entwickelt.

### Backen mit Lievito Madre

Das Rezept enthält alle Zutaten und Anweisungen für das Backen von Brot mit Lievito Madre. Es ist ein Rezept, das für eine gesunde Ernährung geeignet ist.



Das Rezept enthält alle Zutaten und Anweisungen für das Backen von Brot mit Lievito Madre. Es ist ein Rezept, das für eine gesunde Ernährung geeignet ist.

Rezept: Sebastian Marquardt  
Bild: Jan Schnare

**Tipp**  
Wer den Altbrot-  
geschmack nicht mag, kann  
für die Wasserbindung auch  
Semmelbrösel nehmen. Heißt  
der Ofen nur bis 250°C, startet  
man bei der Temperatur  
und senkt sie erst nach  
10 Minuten.



# Ronia Roggen

Winterzeit ist Roggenzeit. Es gibt inzwischen Befürchtungen, Roggen könne bald schon aus der menschlichen Ernährung verschwinden, da die Leute zunehmend zu Weizenprodukten greifen. Es wäre tragisch. Das rustikale Aroma des nordischen Kornes würde fehlen. Hier wird es durch Altbrot unterstützt, das zudem mehr Wasser im Laib bindet. Das sorgt für eine lange Frischhaltung.

🍷 Alle Zutaten 10 Minuten auf langsamer Stufe (oder von Hand) homogen vermischen.

🍷 Den Teig 1 Stunde in der Schüssel nachquellen lassen.

🍷 Den Teig auf einer gut bemehlten Fläche rundwirken (bei reinen Roggenteigen ist es eher ein klebriges Zusammenschieben) und mit Schluss nach unten im bemehlten Gärkorb 90 Minuten gehen lassen.

🍷 Den Teigling bei 280°C mit viel Dampf in den gut vorgeheizten Backofen geben, die Temperatur sofort auf 220°C senken. Nach 10 Minuten den Schwaden ablassen. Insgesamt 50 Minuten backen. 🍷

## Sauerteig

- ▶ 150 Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 50 g Altbrot (gemahlen, geröstet)
- ▶ 400 g Wasser (warm)
- ▶ 10 g Anstellgut

Die Sauerteigzutaten vermengen und etwa 16–18 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur reifen lassen.

## Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 100 g Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 350 g Roggenmehl 1370
- ▶ 180 g Wasser (warm)
- ▶ 14 g Salz

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Roggen
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	klebrig
Zeit gesamt:	20–22 Stunden
Zeit am Backtag:	4 Stunden
Backzeit:	50 Minuten
Starttemperatur:	280°C
Backtemperatur:	220°C
Schwaden:	beim Einschließen, nach 10 Minuten ablassen

Wenn es schnell etwas zum Knabbern sein soll oder ein Begleiter zu Raclette oder Fondue, dann ist Ciabatta immer eine gute Wahl. Hier wird es winterlich gepimpt mit Schinken und Zwiebeln. Das sorgt zwar für eine etwas dichtere Krume als beim Ciabatta üblich, aber eben auch für ein hervorragendes Aroma.

## Sauerteig

- ▶ 200 g Weizenmehl Tipo0
- ▶ 150 g Wasser (warm)
- ▶ 10 g Anstellgut

Die Sauerteigzutaten verkneten und abgedeckt 12-18 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.



## Zwiebel-Specko

- ▶ 120 g Zwiebel (gewürfelt)
- ▶ 120 g Schinkenwürfel

Schinken und Zwiebeln mit wenig Öl anbraten und dann abkühlen lassen.

## Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 400 g Weizenmehl Tipo0
- ▶ 320 g Wasser (eiskalt)
- ▶ 3 g Frischhefe
- ▶ 20 g Olivenöl
- ▶ 5 g Salz

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆☆  
 Getreide: Weizen  
 Triebmittel: Sauerteig, Hefe  
 Teigkonsistenz: weich, bindig  
 Zeit gesamt: 34-38 Stunden  
 Zeit am Backtag: 1 Stunde  
 Backzeit: ca. 20 Minuten  
 Starttemperatur: 280°C  
 Backtemperatur: 250°C sofort  
 Schwaden: beim Einschließen nach 10 Minuten ablassen

☉ Die Zutaten – außer Schinken, Zwiebeln und Öl – 5 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann in Intervallen von 4x5 Minuten auf schnellerer Stufe kneten. Dazwischen jeweils einige Minuten Pause.

☉ Öl, Schinken und Zwiebeln zum Teig geben und 2 Minuten schnell unterkneten.

☉ Den Teig 30 Minuten nachquellen lassen, dann für etwa 20 Stunden abgedeckt in den Kühlschrank stellen.

☉ Den Teig vorsichtig auf eine bemehlte Arbeitsfläche stürzen, sanft in zwei Teile teilen und in Ciabatta-Form ziehen.

☉ Die Teiglinge bei 280°C in den gut auf Ober-/Unterhitze vorgeheizten Backofen geben, kräftig schwaden und die Temperatur sofort auf 250°C senken. Die Ciabatte zirka 20 Minuten kräftig ausbacken. ■

### Tipp

Das italienische Tipo0-Mehl lässt sich durch Weizenmehl 550 ersetzen. Dann sollten aber zunächst 50 g weniger Wasser verwendet und nur bei Bedarf zugegeben werden.

Rezept: Sebastian Marquardt  
Bild: Jan Schnare



# Ciao-ciao, Zwiebel-Specko



Rezept: Sebastian Marquardt  
Bild: Jan Schnare

# Toni Maroni

Die milde Süße gekochter Maronen trifft hier auf die feine Säure eines Sauerteig-Mischbrot. Zusammen wärmen sie die Seele und bieten die perfekte Bühne für süßere Aufstriche. Oder einfach nur Butter. Denn wer das Aroma der Maronen mag, braucht nicht mehr auf dieses Brot.

- Alle Zutaten – außer die Maronen – 5 Minuten auf niedrigster Stufe mischen und weitere 7 Minuten auf schneller Stufe kneten.
- Die Maronen zum Teig geben und weitere 3 Minuten auf schnellerer Stufe kneten. Sie müssen vorher nicht zerkleinert werden, das erledigt der Teighaken.

● Den Teig abgedeckt bei Raumtemperatur 2,5 Stunden gehen lassen. Gelegentlich dehnen und falten.

● Den Teig mit nassen Händen rundformen, rundherum in Kastanienflocken wälzen und für 45 Minuten im bemehlten Gärkorb ruhen lassen.

● Den Teig aus dem Gärkorb stürzen, einschneiden und im gut auf Ober-/Unterhitze vorgeheizten Ofen bei 250°C, nach 10 Minuten fallend auf 220°C, 45 Minuten backen. Zum Start kräftig schwaden, den Dampf nach 10 Minuten ablassen. ■

**Salz reduziert  
trotzdem lecker** ↓

## Sauerteig

- ▶ 200 g Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 200 g Wasser (warm)
- ▶ 10 g Anstellgut

Die Sauerteigzutaten vermengen und abgedeckt 12-16 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

Für Einsteiger  
geeignet

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆☆

Getreide: Weizen, Roggen

Triebmittel: Sauerteig

Teigkonsistenz: weich

Zeit gesamt: 17-21 Stunden

Zeit am Backtag: 4,5 Stunden

Backzeit: 45 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 220°C

nach 10 Minuten

Schwaden: beim Einschließen,  
nach 10 Minuten ablassen

## Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 300 g Weizenmehl 550
- ▶ 200 g Maronen (gekocht)
- ▶ 150 g Wasser (kalt)
- ▶ 10 g Salz

Topping

- ▶ 50 g Kastanienflocken

# Dinkelmeister Roggendorf

Ein rustikales Kastenbrot für kühle Tage. Meistens sind das Sauerteigbrote. In diesem Fall aber genügt der Einsatz eines Hauchs von Hefe. Das gibt dem Teig lange Zeit, sein kräftiges Aroma auszubilden. Und auch bekömmlicher wird er dadurch. Dabei macht das Brot kaum Arbeit.

## Hauptteig

- ▶ 350 g Dinkelschrot fein (alternativ Dinkelmehl Vollkorn)
- ▶ 250 g Roggenschrot (alternativ Roggenmehl Vollkorn)
- ▶ 550 g Wasser (warm)
- ▶ 0,1 g Frischhefe
- ▶ 12 g Salz

### Zum Bestreuen

- ▶ 30 g Dinkelschrot mittel

☉ Die Hefe im warmen Wasser auflösen. Die Temperatur sollte 40°C nicht überschreiten.

☉ Salz und Mehl hinzugeben und alles von Hand homogen vermischen.

☉ Den Teig in eine gut gefettete Kastenform (30 cm) geben, die Oberfläche feucht glätten und 12-18 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur reifen lassen.

☉ Am Backtag den Backofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Derweil die Oberfläche des Teiges noch einmal mit Wasser benetzen und mit Dinkelschrot (mittel) bestreuen.

☉ Das Brot in den gut vorgeheizten Backofen geben, nach 10 Minuten die Temperatur auf 210°C senken und weitere 40 Minuten backen. ■

Für Einsteiger  
geeignet

Schwierigkeitsgrad: ★☆☆

Getreide: Dinkel, Roggen

Triebmittel: Hefe

Teigkonsistenz: weich

Zeit gesamt: 14–18 Stunden

Zeit am Backtag: 1,5 Stunden

Backzeit: 50 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 210°C  
nach 10 Minuten

Schwaden: nein

### Tip

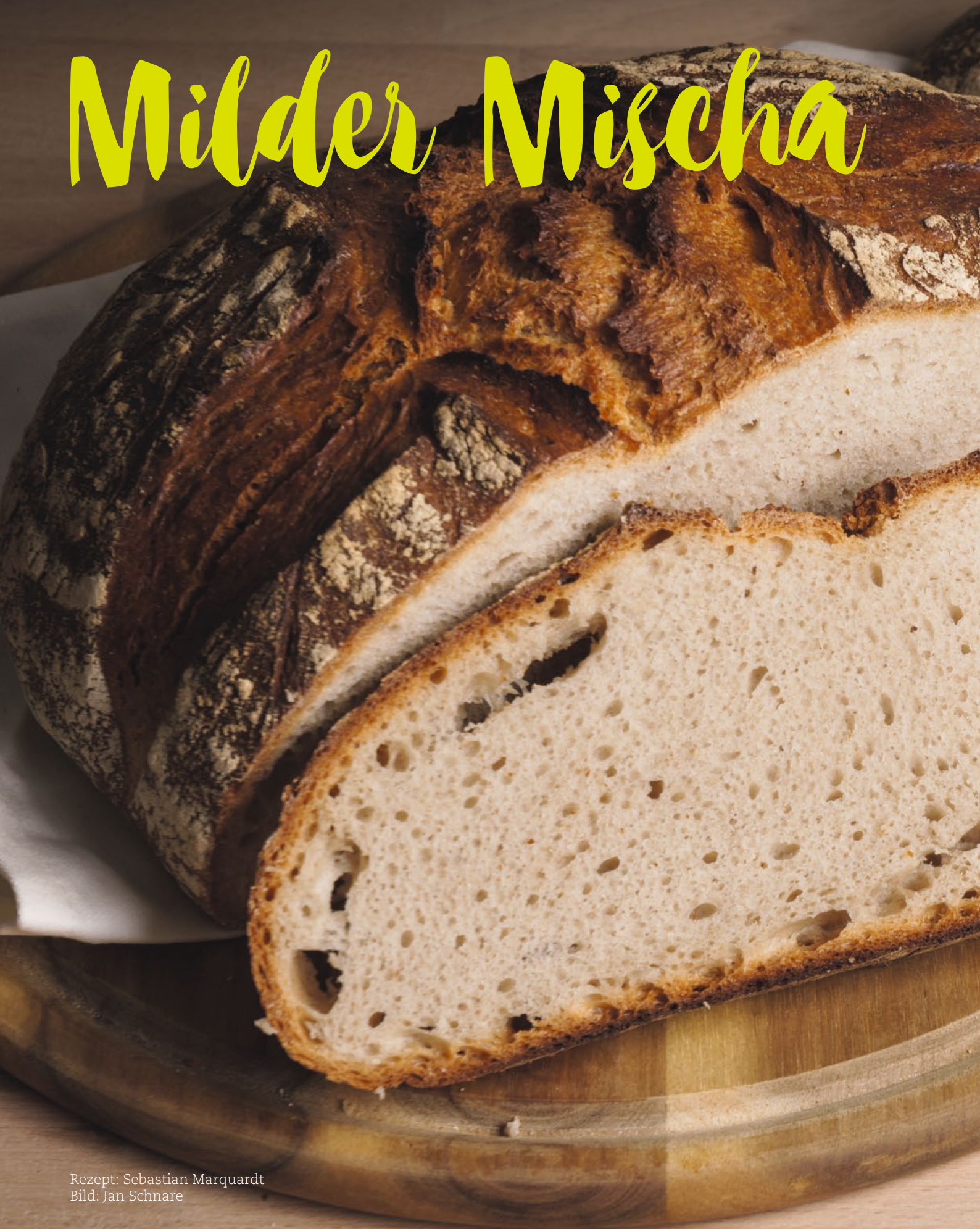
0,1 g Frischhefe entspricht der Größe eines Reiskorns. Mit 0,5 g Frischhefe ist das Brot bereits nach 12 Stunden backfertig.





Rezept: Sebastian Marquardt  
Bild: Jan Schnäre

# Milder Mischa



Rezept: Sebastian Marquardt  
Bild: Jan Schnare





Eigentlich ein simples Mischbrot. Aber die lange Reife im Kühlschrank sorgt dafür dass die natürlich im Mehl vorkommenden Enzyme Stärke im Teig zu Zucker abbauen. Das gibt dem Brot am Ende eine natürliche milde Süße und ein ganz eigenes Aroma. Da ist Vorsicht geboten, weil man eigentlich nicht aufhören will, daran zu knuspern.

### Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	Weizen, Roggen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	bindig
Zeit gesamt:	22 Stunden
Zeit am Backtag:	1,5 Stunden
Backzeit:	45 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	220°C nach 10 Minuten
Schwaden:	beim Einschließen, nach 10 Minuten ablassen

● Die Zutaten 5 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann etwa 7 Minuten auf schnellerer Stufe kneten.

● 30 Minuten nachquellen lassen, dann zu einem Laib formen und mit Schluss nach unten im gut bemehlten Gärkorb 30 Minuten gehen lassen.

● Den Gärkorb abdecken und für etwa 18 Stunden in den Kühlschrank stellen.

● Den Teig am Backtag 30 Minuten akklimatisieren lassen, derweil den Backofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

● Den Teigling aus dem Gärkorb stürzen, einschneiden und mit viel Dampf einschließen.

● Nach 10 Minuten den Dampf abziehen lassen und die Temperatur auf 220°C senken, weitere 35 Minuten fertig backen. ■

## Vorteig (poolish)

- ▶ 200 g Roggenmehl 1370
- ▶ 200 g Wasser (eiskalt)
- ▶ 1 g Frischhefe

Die Zutaten mischen und 12-18 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur reifen lassen.

## Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ 200 g Weizenmehl 550
- ▶ 200 g Weizenmehl 1050
- ▶ 240 g Wasser (eiskalt)
- ▶ 12 g Salz

### Tipp

Eine schnelle Version dieses Brotes findest Du auf Seite 124 in diesem Heft.

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen, Dinkel
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	mittelfest, bindig
Zeit gesamt:	20 Stunden
Zeit am Backtag:	3,5 Stunden
Backzeit:	45 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	230°C nach 10 Minuten
Schwaden:	beim Einschließen, nach 10 Minuten ablassen

# Feige Walnuss

## Sauerteig

- ▶ 200 g Dinkelmehl Vollkorn
- ▶ 200 g Wasser (warm)
- ▶ 20 g Anstellgut

Die Sauerteigzutaten mischen und abgedeckt etwa 16 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.



## Quellstück

- ▶ 100 g Walnüsse (halbiert)
- ▶ 100 g Feigen (geviertelt)
- ▶ 600 g Wasser (warm)

Die Nüsse und Feigen mit dem Wasser übergießen und 6 Stunden quellen lassen (im Kühlschrank bis zu 24 Stunden).

## Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Quellstück
- ▶ 350 g Weizenmehl 550
- ▶ 200 g Wasser (eiskalt)
- ▶ 11 g Salz

Walnuss und Feige – ein Traumpaar. Eingebettet in einen milden Mischteig aus Dinkel und Weizen finden die beiden ein Zuhause. Alles zusammen ergibt den perfekten Begleiter zur Käseplatte oder süßen Aufstrichen.

☉ Alle Zutaten – außer das Quellstück – 7 Minuten auf niedrigster Stufe, dann 5 Minuten auf schnellerer Stufe kneten.

☉ Derweil die Nüsse und Feigen in einem Sieb abtropfen lassen.

☉ Nüsse und Feigen zum Teig geben und 2 Minuten langsam unterkneten.

☉ 90 Minuten Gare bei Raumtemperatur, dabei nach 30 sowie 60 Minuten dehnen und falten.

☉ Den Teig rundwirken und im bemehlten Gärkorb mit Schluss nach unten 45 Minuten gehen lassen.

☉ Im gut vorgeheizten Backofen bei 250°C Ober-/Unterhitze, fallend auf 230°C mit Dampf 45 Minuten backen. ■



Rezept: Sebastian Marquardt  
Bild: Jan Schnare

# LESERBROT

Hier zeigen die Leserinnen und Leser von BROT, wie sie die Rezepte aus den letzten Ausgaben umgesetzt haben.



Ich habe mich an das Halb-Halb-Brot gemacht. Das Ergebnis ist gut geworden. Das Brot ist zwar etwas merkwürdig gerissen, aber der Duft ist unbeschreiblich gut. Mit dem Anschneiden muss ich noch warten, aber dann wird es ein Fest, da bin ich mir sicher.

**Elli Heinemann**



Das Hütten-Power-Brot aus der Ausgabe 06/2019: toller Teig, tolles Brot – gebacken im Topf.

**Viktoria Gerber**

Das Roggenblock-Rezept aus BROT 06/2019 erregte sofort mein Interesse.

Da ich alle Zutaten im Haus hatte, wurde der Sauerteig angesetzt und das Kochstück zubereitet. Am nächsten Tag konnte das leckere Brot ohne großen Aufwand gebacken werden. Es hat einen kernigen Biss und hält sich lange frisch.

**Christa Allard**



Als ich kein Brot mehr in der Tiefkühltruhe hatte und alle Geschäfte geschlossen waren, habe ich den Schnellen Fluff gebacken. Ich bin ganz überrascht, wie gut die Krume geworden ist. Das Brot schmeckt sehr gut.

**Angelika Spitz**

Das Foto vom Vollen Fluff hat mich gleich begeistert und ich habe es nachgebacken. Ich habe dem Rezept noch Sonnenblumen- und Kürbiskerne, Leinsamen und Pinienkerne hinzugefügt und damit ein sehr schmackhaftes und luftiges Brot gebacken.

**Kirsten Gärtner**



Ich habe das Alltagsbrot aus BROT 06/2019 nun zum zweiten Mal gebacken. Es ist zu einem

meiner Lieblingsbrote geworden. Der Teig war gut zu handhaben und die Konsistenz super. Ich habe die kalte Teigführung von 24 Stunden bevorzugt und das Ergebnis ist herrlich geworden. Das Brot hat eine super Krume und ist schön saftig.

**Gaby Schäffer**

Ich habe den Vollen Fluff nachgebacken. Ich backe immer rund und das Brot sieht so gesprenkelt aus, weil ich groben Roggenschrot statt feinen verwendet habe. 12 Gramm Salz im Gesamtteig sind mir außerdem zu wenig. Mein Fazit: Süß oder herzhaft, es schmeckt alles toll.

**Petra Großmann**



Das Alltagsbrot aus BROT 06/2019 habe ich gleich mal getestet. Ich weiß zwar nicht, warum sich am Boden so ein klitschiger Streifen gebildet hat, aber es schmeckt trotzdem hervorragend.

**Melanie Lammertz**

Ich habe direkt das erste Brot aus BROT 06/2019 gebacken. Wir lieben Ruchmehl und deshalb gab es als erstes Brot den „Voller Fluff“. Leider hat mein Ruchmehl von der Mühle aus unserer Gegend das Wasser nicht ganz so gut aufgenommen. Ich musste 20 Milliliter zurückbehalten, sonst hätte ich es nicht mehr freischieben können. Die Krume ist schön wattig geworden.

**Ilona Fuchs**



Ich habe mich an das Maronenlaibchen aus der letzten Ausgabe gemacht und freue mich über das tolle Rezept und das ebenso gute Ergebnis.

**Carmen Kaiser**



Schneller Fluff ist ein tolles Rezept. Wie schmeckt der bloß erst mit Langzeitführung? Ein tolles Brot ist dabei herausgekommen.

**Nicole Leh**



Mein Auffrisch-Mischbrot aus BROT 06/2019 ist gerade fertig geworden und es schmeckt hervorragend.

**Ute Stuhr**

Ich habe die Pfeffer-Laugen-Kringel aus der letzten Ausgabe nachgebacken und sie ein wenig abgeändert – den Pfeffer habe ich weggelassen und außerdem Dinkelmehl verbacken.

**Jenny Elbeshausen**



Ich habe den Vollen Fluff direkt zwei Mal gebacken. Beide Varianten sind sehr lecker und innen schön fluffig geworden. Ich habe mich für die Variante mit einer Mischung aus Weizenmehl-Vollkorn und Weizenmehl 1050 entschieden. Der Teig war etwas papig, ließ sich aber mit ausreichend Mehl gut formen. Am besten gefällt mir der Geruch. Als das Brot im Ofen war, bin ich zur Haustür rein gekommen und habe über ein Stockwerk hinweg und durch zwei geschlossene Türen ein Wahnsinnsaroma gerochen.

**Karin Böhm**



Schneller Fluff aus der aktuellen Ausgabe ist super lecker und super fluffig. Das Alltagsbrot habe ich auch noch gebacken.

**Gabriele Geithner**



Ich habe das Auffrischbrot aus Ausgabe 06/2019 zu Brötchen verarbeitet.

**Christian Hoepfner-Croonen**



Das KürbisKürri aus BROT 06/2019 habe ich mit Sonnenblumenkernen gebacken, da ich keine Kürbiskerne hatte. Es ist trotzdem super geworden.

**Manuela Koch**

Ich habe beim Alltagsbrot statt Weizen- Dinkelmehl genommen und ein wenig Fenchel mit in den Teig gegeben.

**Claudia Eder**



Gestern habe ich endlich das Maronenlaibchen gebacken. Allerdings mit 7,5 Gramm Hefe statt 10.



Selbst das war mir eigentlich noch zu viel. Nächstes Mal nehme ich noch weniger, da ist noch Potenzial. Ich teste mich langsam heran. Bei der Teigkonsistenz war ich erst etwas skeptisch, aber sie passte dann doch. Der Teig ließ sich gut verarbeiten.

**Michaela Trabold**



Das Maronenlaibchen hat mich gleich angelacht. Die Maronen habe ich in der Pfanne noch etwas geröstet und das Brot im Topf gebacken. Ich habe es verschenkt, durfte aber eine Scheibe probieren. Mit Butter drauf war es ein Genuss. Das muss ich noch öfter backen, solange noch Maronensaison ist.

**Martina Saalwächter**

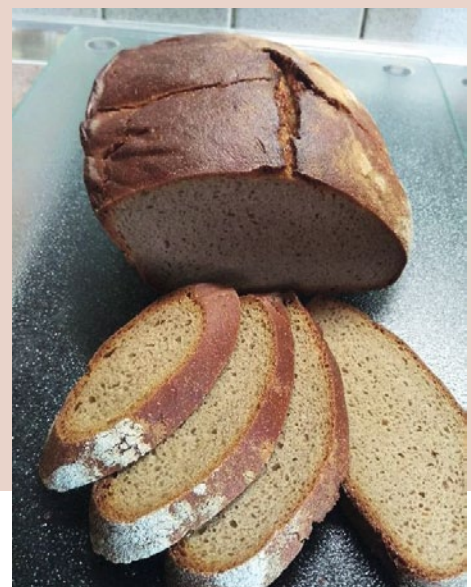
Heute waren der Volle Fluff und die Frühstückskipferl aus BROT 06/2019 an der Reihe. Der Fluff ist nicht ganz so fluffig geworden und geschmacklich nicht so meins. Dafür waren die Kipferl sehr lecker.

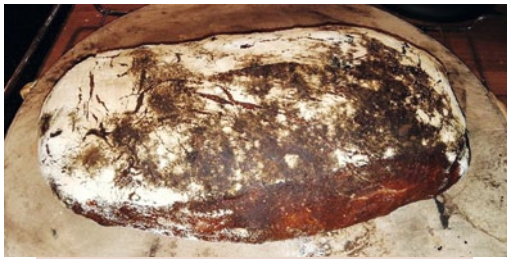
**Christine Denzel**



Das Halb-Halb-Brot aus der Ausgabe 06/2019. Es ist leider ein wenig schief im Topf gelandet, das tut dem Geschmack aber keinen Abbruch. Ich habe hiermit mein Lieblingsbrot gefunden. Einfach vorzubereiten und weiterzuverarbeiten, ein Traum. Mangels Kefir habe ich Buttermilch genommen, werde es aber auf jeden Fall nochmal mit Kefir backen.

**Dagmar Janßen**





Das Weihnachtsbrot aus BROT 06/2019 ist herrlich geworden und duftet toll. Anstelle von Orangeat habe ich Nüsse und Cashewkerne benutzt. Und als Schüttflüssigkeit habe ich Gerstenmalz-Kaffee, in Wasser aufgelöst, verwendet.

**Sunny Darkwing**

Das Alltagsbrot habe ich um Sonnenblumenkerne und Leinsamen ergänzt und im Topf gebacken. Es ist sehr lecker geworden.

**Micha Maus**



Ich habe das KürbisKürri, jedoch mit halb Kürbis-, halb Sonnenblumenkernen gebacken. Gleich in doppelter Ausführung, denn eins wird verschenkt.

**Katrin Dietz**

Ich habe lange nicht mehr gebacken und heute musste ein Brot her. Der Duft fehlte mir in der Küche sehr. Geworden ist es der Schnelle Fluff aus BROT 06/2019.

**Ulla Titgemeyer**



Beim Alltagsbrot habe ich das Öl weggelassen, da noch eine gute Portion Kartoffelpüree in den Teig wanderte. Durch die verschiedenen

Mehle ist es sehr aromatisch, hat eine dünne Kruste und ein wattiges Inneres. Ein rundum tolles Rezept.

**Carola Kloke**



Ich habe das Ayran-Saaten-Brot gebacken und es ist köstlich geworden.

**Elisabeth Nuxoll**

Die Walnuss-Knusper-Kruste habe ich gerade aus dem Ofen geholt und bin schon sehr gespannt auf die Krume. Mein Sauerteig hat sich etwas bitten lassen. Ich musste alle Ruhezeiten verlängern. Aber bisher gefällt er mir so gut.

**Iris Kreilmayr**



Ich habe den Schokosauerteig aus der letzten Ausgabe probiert und daraus einen Briocheteig mit Schoko-Levito-Madre gezaubert. Er ist sehr gut geworden.

**Cornelia Sulzer**

**ZEIGT HER  
EURE BROTE!**

Ihr habt Rezepte aus BROT nachgebacken? Zeigt uns das Ergebnis und schreibt ein paar Zeilen dazu. Was hat Euch gefallen? Was nicht? Einfach Mail an [redaktion@brot-magazin.de](mailto:redaktion@brot-magazin.de). Wir freuen uns auf Eure Brote.



# Gute Führung

## Basis-Kurs Teigführung

Einen Brotteig kann man auf viele verschiedene Arten bearbeiten, damit er richtig aufgeht, Aromen entwickelt und zum richtigen Zeitpunkt in den Ofen geschoben werden kann. Gerade am Anfang ist Einsteigern dabei aber nicht immer klar, wie und vor allem wann welcher Arbeitsschritt auszuführen ist. Viele Tipps und Tricks von einem echten Profi gab es für die Teilnehmer der BROTakademie 2019 in Heiligkreuztal. Das Thema des Basis-Seminars am Fuße der schwäbischen Alb: Teigführung.

Im Häussler Backdorf im schwäbischen Heiligkreuztal warteten 15 motivierte Teilnehmer auf Bäckermeister Stefan Leichtle. Er leitete den Basiskurs Teigführung der BROTakademie. Sechs verschiedene Gebäckarten sollten alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer unter Anleitung des erfahrenen Bäckers bis zum Nachmittag bearbeitet und natürlich auch probiert haben. Von Focaccia über Fladenbrot bis zum Mini-Baguette waren verschiedene Teigarten vertreten. Ein kleines Highlight gab es gleich zu Beginn, denn das teilnehmende Ehepaar Grosser feierte am Tag der BROTakademie ihre Silberhochzeit.

Neben der Bearbeitung stand bei diesem Seminar vor allem die Führung der Teige im Vordergrund. Schließlich können Teige mit unterschiedlichen Triebmitteln lang oder kurz

geführt werden. Auch kalt oder warm lassen sich Teige zur Reife bringen. Worauf es dabei ankommt, zeigte Stefan Leichtle nicht nur anschaulich direkt vor den Augen der Teilnehmer, auch das Anfassen und „erfühlen“ der verschiedenen Reifestadien war möglich. So etwas kann man mit keinem Buch und in keinem Video lernen – das muss man selbst erleben.

Dank der Vorarbeit von Stefan Leichtle ging die Zubereitung zügig voran, sodass schnell die ersten Teige von der Knetmaschine bearbeitet werden konnten. Dann konnten sich die Teilnehmer/innen ganz auf die Bearbeitung der Teige konzentrieren. Worauf es dabei ankommt, zeigte Backexperte Leichtle praxisnah. Natürlich durften die Teilnehmerinnen auch jederzeit Fragen stellen, die vom Meister kompetent beantwortet wurden. Mit verständlichen Tipps und der nötigen Ruhe erfuhren die 15 Backbegeisterten im Anschluss, wie Fladenbrot, Focaccia und Baguettes geformt werden.

Die routinierten Handgriffe des Bäckermeisters faszinierten die Kursbesucher. Beim Nachmachen haperte es dann aber doch noch an der einen oder anderen Stelle. Doch mit den richtigen Kniffen und der





Das „Erfühlen“ verschiedene Teigzustände ist bei der BROTakademie möglich



Von den verschiedenen Brotarten konnten sich die Teilnehmer natürlich etwas mitnehmen

nötigen Prise Humor gelang es allen schon nach kurzer Zeit, ansehnliche Gebäckstücke zu formen. Nach dem Backen durfte natürlich eine ausführliche Geschmacksprobe nicht fehlen. So waren die Teilnehmerinnen und Teilnehmer am Ende des Kurses nicht nur gut gesättigt, sondern vor allem auch um einige (Back-)Erfahrungen reicher.

Am viel zu frühen Ende eines abwechslungsreichen Backtags mit einer Menge neuer Erkenntnissen waren sich alle einig, dass das Führen eines Teigs mit dem richtigen Knowhow kein Glück ist, sondern vor allem Übungssache. Wer selbst einmal an einem **BROT**akademie-Kurs teilnehmen möchte, findet alle Informationen dazu im Internet unter [www.brot-magazin.de/akademie](http://www.brot-magazin.de/akademie) 🍞



Nach Geschmack und Lust konnten die Teilnehmer mit den Foccacia-Zutaten experimentieren



Das Ehepaar Grosser feierte mit dem Kurs seinen 25. Hochzeitstag

**Schwierigkeitsgrad:** ★★★☆☆

**Getreide:** Weizen, Roggen

**Triebmittel:** Lievito Madre, Hefe

**Teigkonsistenz:** fest

**Zeit gesamt:** 16 Stunden

**Zeit am Backtag:** 12 Stunden

**Backzeit:** 41 Minuten

**Starttemperatur:** 240°C

**Backtemperatur:** 220°C  
nach 10 Minuten

**Schwaden:** 1 Minute nach dem Einschließen,  
nach 20 Minuten ablassen

# WALNUSS-KÜRBISKERNBROT

Rezept & Bild:  
Julia Meier

Kürbiskerne sorgen in Broten oder Brötchen für einen tollen Geschmack. Besonders gut harmoniert das charakteristische Aroma mit Walnüssen. Daher kommt diese Kombination auch bei diesem Weizenmischbrot zum Einsatz. Eine feine Chili-Note sorgt außerdem für das gewisse Etwas.

## Quellstück

- ▶ 1/2 Chilischote (frisch, ohne Kerne)
- ▶ 75 g Walnusskerne
- ▶ 20 g Kürbiskerne
- ▶ 150 g Wasser (kalt)

Die Zutaten im Wasser etwa 30 Minuten einweichen. Die braune Haut der Nüsse darf ruhig dranbleiben.

## Autolyseteig

- ▶ 330 g Weizenmehl 1050
- ▶ 115 g Roggenmehl 1150
- ▶ 75 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 225 g Wasser

Alle Zutaten verkneten und zugedeckt 30 Minuten stehen lassen.

## Hauptteig

- ▶ Quellstück
- ▶ Autolyseteig
- ▶ 55 g Lievito Madre (aufgefrischt, alternativ 4 g Frischhefe)
- ▶ 3 g Frischhefe
- ▶ 5 g Honig
- ▶ 15 g Salz
- ▶ 8 g Apfelessig
- ▶ 8 g Olivenöl



- 🕒 Den Autolyseteig mit der Lievito Madre, der Hefe und dem Honig 3 Minuten auf langsamer Stufe verkneten. Dann das Quellstück dazugeben und weitere 3 Minuten auf langsamer Stufe unterkneten. Zum Schluss Salz, Essig und Öl zum Teig geben und 2 Minuten auf schnellerer Stufe fertigkneten.
- 🕒 Den fertigen Teig in eine geölte Wanne oder Schüssel legen und sofort einmal kräftig dehnen und falten. Danach jede Stunde einmal dehnen und falten.
- 🕒 Nach insgesamt 4 Stunden den Teig, der sein Volumen jetzt gut verdoppelt haben sollte, für etwa 7 Stunden in den Kühlschrank stellen.
- 🕒 Danach den Teig bei Raumtemperatur gut 2,5 Stunden akklimatisieren lassen und anschließend auf die bemehlte Arbeitsplatte kippen. Das Brot rundformen.
- 🕒 Mit Schluss nach oben in ein bemehltes Gärkorbchen legen und abdecken. Gut 1,5 Stunden gehen lassen.
- 🕒 Nach der Stückgare das Brot aus dem Korbchen stürzen. Mit Wasser besprühen und tief einschneiden.
- 🕒 In den auf 240°C Ober-/Unterhitze vorgeheizten Backofen geben und nach 1 Minute gut schwaden.
- 🕒 Den Schwaden nach weiteren 20 Minuten ablassen, die Temperatur auf 220°C reduzieren und für weitere 20 Minuten fertigbacken. 🍳



**2 für 1**  
Zwei Hefte zum Preis von einem  
Digital-Ausgaben inklusive

**IM HEFT**  
Mehr als  
**40 Rezepte**  
für gelingsichere  
Brote und Aufstriche

**Jetzt bestellen!**

**www.brot-magazin.de**  
**040 / 42 91 77-110**

# DIE ERSTEN SCHRITTE

Text: Manfred Schellin

Sauerteig – er macht Gebäcke bekömmlicher, schmackhafter und haltbarer. Also ein wahrer Wunderteig. Und manchmal wirkt er wie ein Buch mit sieben Siegeln. In Wahrheit aber ist Sauerteig einfach zu handhaben – wenn man die Grundlagen, Parameter und Steuerungsmöglichkeiten kennt. Darum geht es in dieser Serie.

**W**enn es um Sauerteig geht, dann sind sich die Fachleute schon nicht ganz einig, was das eigentlich ist. Das deutsche Lebensmittelhandbuch definiert ihn so:

„Sauerteig ist ein Teig, dessen Mikroorganismen (Hefen, Milchsäurebakterien) sich in aktivem Zustand befinden. (...) Sie sind nach Zugabe

von Getreideerzeugnissen und Wasser zur fortlaufenden Säurebildung befähigt. Teile eines Sauerteigs werden als Anstellgut für neue Sauerteige verwendet. Die Lebenstätigkeit der Mikroorganismen wird erst durch Backen oder Heißextrudieren beendet. Die Säurezunahme des Sauerteigs beruht ausschließlich auf dessen Gärungen. Den Säuregrad beeinflussende Zutaten – ausgenommen Sauerteigbrot – werden nicht verwendet.“

In Österreich gilt laut „Codex Alimentarius Austriacus“ eine etwas andere Auffassung: „Sauerteig ist ein aus Mehl oder Schrot mit Wasser bereiteter in saurer Gärung befindlicher Teig. Die Gärung und Säuerung kann entweder spontan erfolgen oder durch Zusatz einer über eine Reinzucht hergeführte Mischkultur von Sauerteighefen und Säurebildnern hervorgerufen werden. Nach der Art der Entstehung von Sauerteig unterscheidet man daher Natursauer und Reinzuchtsauer.“

Konsens beider Definitionen ist: Lebensfähige, aktive Mikroorganismen befinden sich in einem Gemisch aus Wasser und Getreideerzeugnissen und sind für die Säurebildung verantwortlich. Entscheidend ist der



Sauerteig bringt Trieb und Aroma ins Brot, macht es überdies bekömmlicher



Unterschied: In Deutschland gilt auch der Reinzuchtsauer als Sauerteig, ohne weitere Differenzierung.

Dazu muss man wissen, dass es einen himmelweiten Unterschied zwischen dem heimischen Spontansauer und dem industriell hergestellten Reinzuchtsauer gibt. Nehmen an der spontanen Gärung bis zu tausend unterschiedliche Mikroorganismen-Arten teil, sind es beim Reinzucht gerade drei oder vier Stämme. Das macht ihn berechenbar, aber auch langweilig. Er kommt oft in Bäckereien zum Einsatz, wo man dem gekauften Sauerteig eher vertraut als dem spontan gezüchteten.

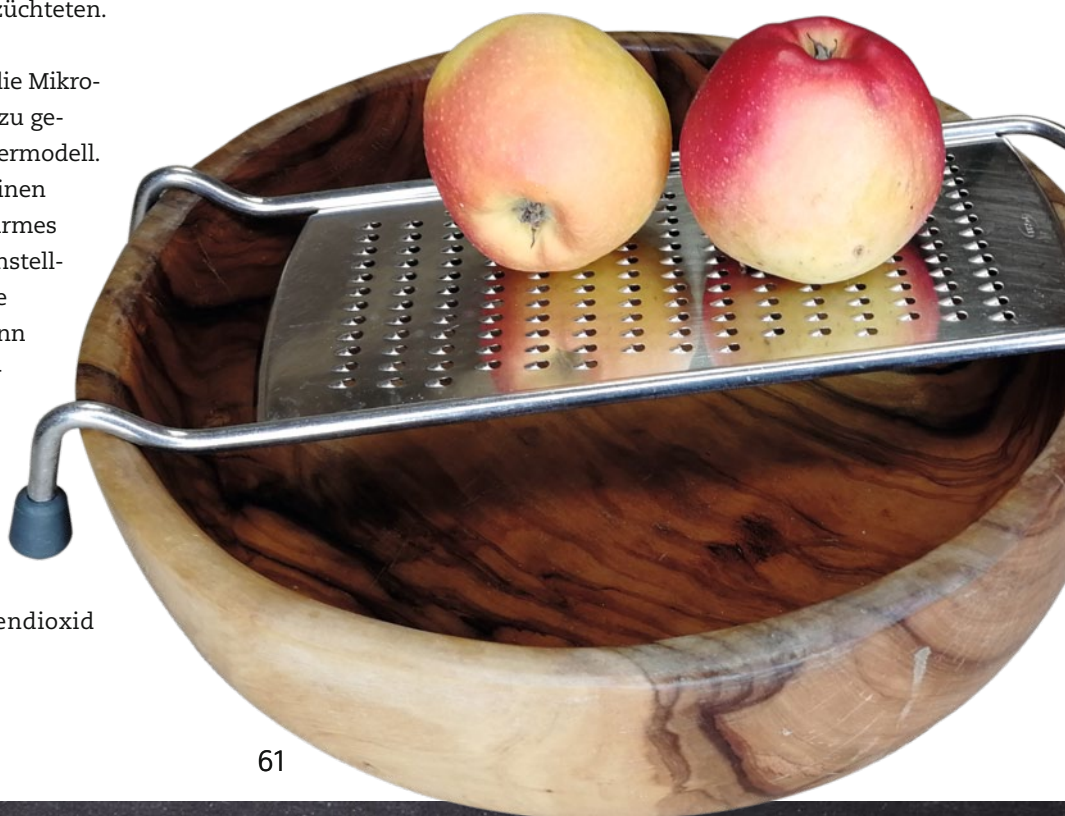
Dabei wird genau dieser Faktor – die Mikroorganismen – oft unterschätzt. Dazu gedanklich ein Experiment. Das Eimermodell. Stellen wir uns vor, wir geben in einen 10-Liter-Eimer zunächst 5 Liter warmes Wasser, lösen darin 500 Gramm Anstellgut auf und vermischen das Ganze mit 5 Kilogramm Roggenmehl. Dann lassen wir es abgedeckt bei Raumtemperatur 12 Stunden stehen.

Während dieser Zeit finden gleichzeitig Ab- und Aufbauprozesse statt. Mehl wird (minimal) weniger, Mikroorganismen vermehren sich, Kohlendioxid wird frei.

Entfernt man nach den 12 Stunden alle Zutaten vom Vortag aus dem Eimer, bleibt darin eine Essenz des Sauerteiges – ein individuelles Gemisch von Mikroorganismen.

Dieses Modell lässt sich noch weiterführen. Geben wir ein anderes Anstellgut in den Eimer, verändern wir auch den daraus resultierenden Sauerteig, unsere Kultur, die Zusammensetzung der Mikroorganismen.

**FRÜCHTE WIE VOLLREIFER APFEL BRINGEN ALLES MIT, WAS FÜR'S ANSETZEN DES SAUERTEIGS NOTWENDIG IST**





Am Ende des Startprozesses verdoppelt sich das Volumen des Sauerteigs in etwa 5 Stunden

Und damit letztlich die Eigenschaften, die er auf unseren Brotteig überträgt. Er treibt womöglich schneller oder entwickelt mehr Säure.

Schnell wird klar, dass beinahe alle aktuellen Definitionen von Sauerteig das Pferd von hinten aufzäumen. Denn nicht Zeit, Wasser, Mehl oder Temperatur bestimmen den Charakter des Sauerteigs – es ist der Cocktail an Mikroorganismen. All die anderen Faktoren sind Rahmenbedingungen, Hilfsstoffe, die wir bereitstellen müssen, damit es unserem Cocktail gut geht. Ändern wir die Rahmenbedingungen, verändert sich auch unsere Kultur – Schritt für Schritt.

Mit diesem Wissen sind wir bereit für die nächste Stufe – den Aufbau einer eigenen Kultur. Da es noch keinen Starter gibt, suchen wir eine andere Quelle. Wir suchen einen Träger, auf dem die gewünschten Mikroorganismen besonders konzentriert auftreten.

Das kann zum Beispiel reifes, sauberes, ungespritztes Obst sein, frische, duftende Blüten oder saubere, junge Rosinen. Auch mancher frische Blütenhonig eignet sich.

Hier, auf den Blüten und Früchten, finden wir sie, die Mikroorganismen, wilden Hefen. Und im Inneren liegen die Nährstoffe, die in Form von Zucker die für den Prozess nötige Energie liefern. Auch notwendige Baustoffe wie Aminosäuren, Fette oder Vitamine werden von den Früchten gleich mitserviert.

Es gilt, die Mikroorganismen der Früchte oder Blüten gemeinsam mit den Baustoffen und der Energie in unseren ersten Ansatz zu überführen. Mikroorganismen, Energie und Baustoffe – jede dieser drei Gruppen ist essentiell für unsere Kultur.

Wird der erste Ansatz – wie oft empfohlen – nur mit Mehl gestartet, überlegen wir uns, wie wir diese drei Gruppen ohne Früchte in unseren Starter bekommen: Auch beim Getreide finden wir die Mikroorganismen nicht im inneren des Kornes, sondern auf den äußeren Schichten. Baustoffe in den äußeren Schichten, die Energie im Inneren. Deshalb benötigen wir für den ersten Ansatz ein Vollkornmehl, am besten frisch gemahlene Bio-Roggen aus der aktuellen Ernte.



Sie spielen die Hauptrolle im Sauerteig – Mikroorganismen wie der Laktobazillus. Alle anderen Parameter wie Mehl, Temperatur oder Zeit dienen nur dazu, ihnen optimale Bedingungen zu geben

## WÄRME-MANAGEMENT



Das Wärme-Management ist ein wichtiger Aspekt beim Brotbacken, da die Temperatur Auswirkungen auf die Prozesse innerhalb des Teigs und damit die Qualität des Brotes hat. In BROT-Ausgabe 2/2018 haben wir diesem Thema einen ausführlichen Artikel gewidmet. Um jederzeit die optimale Kontrolle über die Temperatur zu haben, ist der Einsatz eines Gär-Automaten daher beinahe unverzichtbar. In unserem BROTladen ([www.brot-magazin.de/einkaufen](http://www.brot-magazin.de/einkaufen)) ist neben allen noch verfügbaren Magazin-Ausgaben beispielsweise auch der Brod & Taylor Proofer Gärautomat erhältlich.

Nun aber ran an den ersten Sauerteig-Ansatz.

Das Rezept:



### Tag 1

- ▶ 100 g Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 150 g Wasser
- ▶ 100 g geriebener, vollreifer Apfel mit Schale

Alles wird zu einer Brei-Suppe verrührt, mit einem Schneebesen aufgeschlagen, um Sauerstoff einzubringen und bei 27°C abgedeckt 24 Stunden lang stehen gelassen.

### Tag 2

Größere Fruchtstücke und Teile der Apfelschale können nun abgeseibt werden, indem die Masse mit einem Löffel durch ein Sieb gestrichen wird. Vom Apfel wollten wir im Wesentlichen nur die Mikroorganismen.

- ▶ 100 g des Ansatzes von Tag 1
- ▶ 100 g Wasser
- ▶ 100 g Vollkornmehl

Die Zutaten zusammenrühren, verschlagen und bei 27°C wiederum für 24 Stunden abgedeckt stehen lassen.

In dieser Zeit empfiehlt es sich, die Kultur zu beobachten, an ihr zu riechen, sie kennenzulernen und erste Lebenszeichen wahrzunehmen. Duft und Aroma verändern sich, es sind erste Bläschen zu erkennen.

### Tag 3

Zeit, die Fütterungs-Intervalle auf 12 Stunden zu kürzen. Das Schema bleibt gleich, nur wird jetzt morgens, abends, morgens gefüttert. Dabei lässt sich beobachten, wie die Kultur aktiver und aromatischer wird.

### Tag 4

Wir ziehen die Zügel nach einem Tag nochmals an: Fütterung alle 6 Stunden bei sonst gleichen Bedingungen. Morgens, mittags, abends. Eine weitere Zunahme der Aktivität ist erkennbar.

Die Entwicklung der Duft- und Aromakomponenten unserer Kultur kann während dieser Zeit zu Verunsicherung führen: Es gibt Stadien, die sind gewöhnungsbedürftig. Aceto-



**APFEL-ABRIEB, MEHL UND WASSER SIND DIE ZUTATEN DES ERSTEN ANSATZES**

nische Gerüche, Gärendes, gar an Erbrochenes erinnernde Wahrnehmungen lassen Sauerteig-Ansätze immer wieder den Tod durch die Kanalisation erfahren. Geduld ist gefragt und tapferes Weiterfüttern. Selbst eine fertige Roggensauerteigkultur, die wunderbare Brotqualitäten hervorbringt, riecht für Laien manchmal gewöhnungsbedürftig. Einzig Schimmel darf sich niemals zeigen. Er ist der Tod der Kultur.

Inzwischen sollte unsere Kultur langsam ein Brot treiben können. Wir können die Fütterung verändern: 10% des Ansatzes reichen zum Weiterführen aus und heißen ab sofort ASG, Anstellgut. Oder Hermann. Oder Hugo.



Alt (rechts) gegen neu – bei identischen Parametern zeigt die eingespielte Kultur gegenüber dem 3 Tage alten Sauerteig noch schnelleres Wachstum



Drei Tage nach dem ersten Ansatz des Sauerteiges geht es an den ersten Brotteig

Gefüttert wird fortan also so:

- ▶ 10 g Anstellgut
- ▶ 50 g Wasser
- ▶ 50 g Wunschmehl

Anstellgut und Wasser werden verschlagen, um Sauerstoff in die Kultur zu bekommen. Für die geht es etwas entspannter weiter: wir warten auf Volumenverdopplung. Das dauert etwa 5 Stunden. Dabei sollte die Temperatur von etwa 27°C dringend weiter gehalten werden.

Hat sich das Teigvolumen verdoppelt, verfrachten wir den Ansatz in den Kühlschrank bis gebacken oder erneut aufgefrischt wird. Anfangs sollte man nie länger als eine Woche bis zur nächsten Fütterung warten.

Die restlichen 90% des Ansatzes verwenden wir ohne Unterbrechung für unser erstes, einfaches Brotprojekt.

Mit dem Mehl formen wir den Charakter unserer Kultur. Jetzt, wo sie lebt, kann jedes beliebige Mehl als Substrat für den Sauerteig dienen. Es empfiehlt sich aber durchaus,

sich für eines zu entscheiden und dabei zu bleiben, damit sich die Mikroorganismen gut einleben können.

Alle anderen Parameter wie Temperaturen oder Fütterungsfrequenzen sind genauso wichtig für die Qualität dieses Anstellguts. Es ist ein Familienmitglied, das Rache nimmt, wenn man sich nicht darum kümmert. Für diesen Weg ist es hilfreich, die Herangehensweise an die Lebensmittelzubereitung zu überdenken.

Es reicht nicht aus, 100 g hiervon und 300 g davon zu nehmen und, wenn das Gewürz das Mindesthaltbarkeitsdatum überschritten hat, die Menge einfach zu verdoppeln. Damit ist Scheitern vorhersehbar. Wer anfangs die Wichtigkeit bestimmter Schritte nicht einordnen kann, lässt sie manchmal einfach weg oder ersetzt sie durch andere. So wie der unbedarfte Angler ein Stück seiner Lieblingswurst als Köder nimmt und sich wundert, warum kein Fisch beißt.

Also ran ans erste Brotprojekt:



300 g reifes, junges ASG (6 Stunden nach Fütterung, 27°C warm, zum Verständnis: In diesem Reifestadium und mit der Menge ver-

## ÜBER DEN AUTOR



Manfred Schellin ist Biochemiker und Dozent an der Akademie Deutsches Bäckerhandwerk in Weinheim. Hier lehrt er sein Wissen als Sauerteig-Fachmann, der sich auf Brotaromen in Abhängigkeit von Mehl und Fermentation spezialisiert hat.





Noch arbeitet der Starter langsamer als ein älterer und gut gepflegter Sauerteig. Aber nach zweieinhalb Stunden Stückgare hat sich der Teig sichtbar vergrößert und es geht in Richtung Backofen

wenden wir das ASG als fertigen Sauerteig)  
150 g warmes Wasser (30°C)

Wasser und Anstellgut homogen (mit der Hand) vermischen.

- ▶ 200 g Weizenmehl 1050  
(alternativ Weizenmehl 550)
- ▶ 150 g Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 11 g Salz

Alle Zutaten homogen vermischen, dabei insbesondere darauf achten, dass das Salz gleichmäßig verteilt wird.

30 Minuten abgedeckt ruhen lassen, die Teigtemperatur sollte bei 27°C liegen.

Dann einen Brotlaib formen oder den Teig als Kastenbrot verarbeiten. Entweder im Gärkorbchen oder in der Kastenform (30 cm) bei 27°C reifen lassen, bis das Volumen um etwa 50% zugenommen hat.

Bei 250°C im gut vorgeheizten Backofen anbacken, die Temperatur nach 10 Minuten auf 220°C senken. Insgesamt 50 Minuten backen.

Wenn das Dein erstes reines Sauerteigbrot ist, wird es dich mit Stolz erfüllen - und mit dem Brotbackvirus unheilbar anstecken. Die eigene Kultur ist noch sehr jung und braucht Aufmerksamkeit. Sie wird besser mit jeder Fütterung. Bei guter Pflege hält sie ewig. 🍞



Keine 72 Stunden lagen zwischen dem Ansetzen des Sauerteiges mit frisch geriebenem Bio-Apfel und dem ersten Backversuch



GLEICH DAS ERSTE BROT ÜBERZEUGT MIT VOLLEM AROMA  
UND EINER LOCKEREN GLEICHMÄßIGEN KRUME

# WEIZEN-KNAUZL

Ein einfaches Weizen-Brot ohne viel Schnickschnack muss ab und zu auch mal sein. Frisch aus dem Backofen ist es ein Genuss, egal ob fürs Abendessen, zum Grillen, zum Fondue oder Raclette, als Beilage zur Suppe oder einfach nur zum Dippen in ein gutes Olivenöl zu einem Glas Wein. Dank langer Teigführung wird nur wenig Hefe benötigt.

Für Einsteiger  
geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	bindig
Zeit gesamt:	43 Stunden
Zeit am Backtag:	4 Stunden
Backzeit:	50 Minuten
Starttemperatur:	230°C
Backtemperatur:	210°C nach 20 Minuten
Schwaden:	beim Einschießen

## Vorteig

- ▶ 200 g Ruchmehl (alternativ Weizenmehl 1050)
- ▶ 160 g Wasser (kalt)
- ▶ 1 g Frischhefe

Die Zutaten gut vermengen und 12-14 Stunden bei Raumtemperatur zur Gare stellen.

## Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ 300 g Weizenmehl 550
- ▶ 210 g Wasser (kalt)
- ▶ 3 g Frischhefe
- ▶ 11 g Salz
- ▶ 8 g Olivenöl

Rezept & Bild:  
Gerda Göttling



☉ Die Hefe im Wasser auflösen und zusammen mit dem Vorteig sowie den Mehlen 10 Minuten auf langsamer Stufe vermischen, dann auf schnellerer Stufe 10 Minuten lang kneten. Das Salz und das Öl erst in den letzten Minuten zugeben.

☉ Den Teig 1 Stunde bei Raumtemperatur zur Gare stellen. Nach 30 und 60 Minuten dehnen und falten, anschließend für 24 Stunden in den Kühlschrank stellen.

☉ Am Backtag den Teigling in eine schmale, längliche Form bringen und im Gärkorbchen für 2-3 Stunden zur Gare stellen.

☉ Rechtzeitig den Ofen auf 230°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Brot unter kräftigem Schwaden einschießen und insgesamt 50 Minuten backen. Nach den ersten 20 Minuten die Temperatur auf 210°C reduzieren. 🍲

# GRÜNES ORANGEN-GELEE

In der kalten Jahreszeit sind Orangen besonders beliebt. Um auch später mal in den Genuss der erfrischenden Zitrusfrüchte zu kommen, kann man sie einfach in Form einer Fruchtaufstrichs konservieren. Dieses grüne Orangen-Gelee sieht auf Brötchen und Broten nicht nur interessant aus, sondern schmeckt auch noch herrlich fruchtig.

● Die Zitrone auspressen und zusammen mit dem Orangensaft in einen hohen, breiten Topf geben.

● Gelier- und Vanillezucker hinzufügen und gut verrühren, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Anschließend sprudelnd aufkochen lassen und dabei ab und zu durchrühren. Wenn die Masse kocht, beginnt die reguläre Kochzeit von 4 Minuten.

● In der letzten Minuten den Likör dazugeben, gut durchrühren und weiter kochen lassen.

● Am Ende der Kochzeit etwas von der Masse auf einen kalten Teller geben. Das Gelee sollte nach kurzer Zeit fest werden. Wenn das nicht der Fall ist, noch etwas länger kochen.

● Heiß, am besten mit Hilfe eines Trichters in sterile Gläser abfüllen und gut verschließen. Die abgekühlten Gläser kann man am besten im Gefrierschrank aufbewahren. ❏

## Zutaten\*

- ▶ 1.000 g Orangensaft (frisch gepresst, aus etwa 10-14 Orangen)
- ▶ 1 Zitrone
- ▶ 330 g Gelierzucker 3:1
- ▶ 75 g Blue Curacao Likör
- ▶ 50 g Vanillezucker

\*Ergibt fünf Gläser zu je 225 ml

## Tipp

Für eine knackigere Variante können 75 g gehackte Nüsse gleich am Anfang der Kochzeit dem Saft zugegeben werden. Für eine alkoholfreie Variante kann man den Blue Curacao Likör auch weglassen – dann wird das Gelee jedoch nicht grün.

Rezept & Bild:  
Gerda Götting




Lohnt sich der **Auffrisch-Aufwand** vor dem Backen?


# Anstellgut

vs.

# Anstellgut

Text & Bilder: Melissa Johnson

 @breadwriter

 www.breadtopia.com

Oft wird geraten, zum Backen nur aufgefrischtes Anstellgut zu nutzen. Das treibt viele Menschen ins „Mikromanagement“ ihres Sauerteiges. Da wird wöchentlich gefüttert und vor dem Backen gleich nochmal aufgefrischt. Die amerikanische Brot-Bloggerin Melissa Johnson ist experimentell der Frage nachgegangen, inwieweit aufgefrischtes Anstellgut gegenüber ungepflegtem Sauerteig wirklich zu einem besseren Backergebnis führt.



Lässt sich anhand des Bildes feststellen, welches der beiden Vollkorn-Brote mit einem Teelöffel alten, drei Wochen lang nicht aufgefrischten Anstellguts getrieben wurde und welches mit der Standardmenge aktiven, zuvor aufgefrischten Starters? In Wahrheit sehen sie gleich aus, oder?

Mehrere Jahre lang habe ich beobachtet, wie der Brot-Blogger @homebreadbaker seinen Sauerteig führt. Wurde das Anstellgut anfangs noch am Abend vor dem Einsatz aufgefrischt und dann mit einer Standardmenge



Hundertprozentiges Sauerteig-Vollkornbrot

zum Teig gegeben, verringerte er mit der Zeit die Menge des Starters und nahm zuletzt nur noch kleine Portionen direkt aus dem Kühlschrank, um seinen Teig zu treiben. Unverändert schön waren die Brote, die er damit buk. Hundertprozentige Vollkorn-Sauerteig-Brote.

Ich fand das mindestens verblüffend. Natürlich ist klar, dass die Aktivität und Menge des Starters die Geschwindigkeit der Teig-Fermentation beeinflusst. Wir wollten nun aber wissen, ob die Steigerung dieser Faktoren wirklich zu besserem Brot oder einfacherer Handhabung führt. Wir unterhielten uns über die Fragen und kamen am Ende zu einem Experiment, dass ich einige Male durchführen wollte, um Antworten zu finden.

Zu diesen Fragen zählten: Riskiert man mit wenig Anstellgut und folglich langer Gare einen Gluten-Abbau im Teig oder hält der Teigling seine Form? Wie würde sich die Krume im Vergleich entwickeln? Und wie der Ofentrieb? Wenn man den Aufwand für die Pflege des Starters hinzurechnet – spart ein ordentlich gereiftes Anstellgut wirklich Zeit? Und wie beeinflusst die Reife des Anstellguts den Geschmack des Brotes?

Zudem interessierte uns, inwieweit Menge und Qualität des Starters Brote mit verschiedenen Mehlen beeinflussen. Getestet wurden ein Breadflour-Mehl sowie eine Vollkornmischung. Natürlich wären zahllose weitere Tests möglich.

Das Experiment hatte zwei Durchgänge. In einem Test wurden zwei Laibe mit Breadflour gebacken, im anderen zwei Brote mit selbst gemahlenem Vollkornmehl. Beide Male bekam je ein Brot einen Teelöffel ungefütterten Anstellgutes, das andere 80 Gramm reifen Starter.



Gestartet zur selben Zeit, wurde der Teig mit dem ungefütterten Anstellgut zuerst gebacken

Ziel war es, alle Variablen – mit Ausnahme der Reifezeit des Teiges – konstant zu halten. Zum nächsten Schritt habe ich die Brote jeweils gebracht, wenn der Teig bereit aussah und sich auch so anfühlte. Nicht zeitgleich und nicht nach Uhr.

Rechnet man das Anstellgut heraus, hatten die Teige der beiden Brote eines Testpaares jeweils identische Parameter: Gewicht, Teigausbeute (das Verhältnis Mehl/Wasser), das Mehl und seine Zusammensetzung, Glutenentwicklung (No Knead), das Vorformen (Boule), die Zeit der Zwischengare, die Form (Batard), das Einschneiden und der Backprozess. Hier gab es keine Unterschiede.

Auch das Mixen des Teiges erfolgte jeweils nach gleichem Muster. Der Starter wurde jeweils zunächst in Wasser gelöst, der Teig nur gemischt, nicht geknetet. Die Fermentation fand in glattwandigen Behältern statt, zwischendurch wurde nicht gedehnt und gefaltet oder irgendwie anders die Glutenentwicklung gefördert. Solche Vorgänge, unterschiedlich ausgeführt zu differierenden Zeiten, könnten den Fermentationsprozess schließlich beeinflussen. Die Gärkörbe waren ebenso identisch. Die Übernacht-Stückgare im Kühlschrank verbrachten sie direkt nebeneinander.



Vier halbe Brote – links die Breadflour-Laibe, rechts die Vollkornbrote. Jeweils links der Teig mit dem ungefütterten Starter, rechts die Version mit aufgefrishtem Anstellgut



Äußerlich sind die Unterschiede nicht riesig



Auch die Unterschiede in den Krumen sind marginal

Beim Vorformen und Formen der Laibe gab ich mir größte Mühe, jeweils dieselben Bewegungen mit meinen Händen auszuführen. Mit einem Lineal wurde das Teigwachstum gemessen. Zudem habe ich die Ofentemperatur nach dem Vorheizen jeweils gemessen, um auch dort gleiche Bedingungen zu haben.

Im Test der Breadflour-Brote habe ich eine Variable nicht konstant halten können – das Verhältnis von warmer zu kalter Gare. Beide Teige schlieften im Kühlschrank während ich schlief, trotzdem sie nacheinander gemixt wurden und damit unterschiedliche Garzeiten bei Raumtemperatur hatten. In der Vollkorn-Testreihe gab es während der Stockgare keine kalten Zeiten, beide Teige sind bei Raumtemperatur gereift. Insofern hatten beide dasselbe Kalt-Warm-Verhältnis während der Teigreife. Einen Laib habe ich dafür 4 Uhr morgens gebacken. Für die Wissenschaft.

Eine Variable glaubte ich, konstant gehalten zu haben. Später aber beschlichen mich Zweifel. Ich habe jeweils die selben Handbewegungen gemacht und jeden Teig auf gleiche Weise geformt. Aber sobald sie im Gärkorbchen lagen, hatte ich das Gefühl, dass sie unterschiedlich aussahen. Beim ersten Mal ärgerte ich mich über mich selbst für das unterschiedliche Formen. Aber als es beim nächsten Mal wieder genauso aussah, kam mir der Gedanke, dass es vielleicht doch an den Teigen liegen könnte. Denn beide Male war es der Teig mit dem ungefütterten Starter, der sich sich beim Gang in den Gärkob eher schlaff anfühlte.

Das Hauptergebnis der Testreihe waren vier schöne wie auch leckere Brote für mich. Und die Erkenntnis, dass ein Mikro-Management des Anstellgutes nicht nötig ist. Es gab Unterschiede in Geschmack und

Ofentrieb, die für den aufgefrischten Standard-Starter sprechen, aber sie erfordern ihn definitiv nicht.

In beiden Experimenten – Breadflour und Vollkorn – waren die Krumen trotz unterschiedlichen Anstellguts im Grunde jeweils identisch. In der Breadflour-Runde hatte das Brot mit dem reifen Starter einen besseren Ausbund. Beim Vollkorn-Experiment sahen die Brote jeweils gleich aus.

In beiden Runden hatte das Brot mit dem reifen Starter einen kräftigeren Ofentrieb. Ich bin noch immer unsicher, ob das am unterschiedlichen Formen lag oder an der Qualität des Glutengerüsts. Da sich in beiden Fällen aber die Teige mit dem ungefütterten Anstellgut schlaffer anfühlten, als es in den Gärkorb ging, neige ich dazu, es doch eher dem Glutengerüst zuzuschreiben. Dieser Punkt verdient weitere Experimente.

Im Breadflour-Brot-Vergleich war der Laib mit dem ungefütterten Starter ein wenig saurer im Geschmack. Das mag aber an der ausgedehnteren kalten Gare bei diesem Durchgang gelegen haben. Bei den Vollkorn-Brotten war das mit dem älteren Anstellgut signifikant saurer, aber meiner Meinung nach nicht zu sauer.

Diese Experimente wurden mit bestimmten Mehlsorten und Hydratationen durchgeführt. Es liegt nahe, dass eine Änderung dieser Variablen auch zu anderen Ergebnissen führen würde. So hätte eine geringere Teigausbeute oder ein anderes Weizenmehl bei der langen Teigreife Einfluss auf die Krumenstruktur und den Ofentrieb.

### 1. Versuch mit Breadflour



Das Anstellgut war drei Wochen ungefüttert und kam direkt aus dem Kühlschrank



Links der ungefütterte Starter, rechts aufgefrieshtes Anstellgut



Nach vier Stunden haben sich die Teige weiterentwickelt



Rechts der Teig mit dem aufgefrieshten Starter



Der Teig mit dem frischen Anstellgut beginnt, sich abzusetzen



Der frische Starter hat das Ende der Stockgare erreicht



Messung des Teigvolumens

Zudem habe ich auf jede Förderung beim Aufbau des Glutengerüsts verzichtet. Es gab keine Autolyse, kein Dehnen und Falten, kein Laminieren. Daher wissen wir nicht, inwieweit solche Verfahren Einfluss genommen hätten. Wahrscheinlich würden sie dem Teig unabhängig vom Anstellgut auf die Sprünge helfen.

So bin ich vorgegangen:

### Breadflour-Brote Ungefüttertes Anstellgut

- ▶ 460 g Breadflour
- ▶ 345 g Wasser
- ▶ 20 g Anstellgut
- ▶ 9 g Salz

In Summe: 470 g Mehl, 355 g Wasser, TA 176

### Aufgefrieshtes Anstellgut

- ▶ 430 g Breadflour
- ▶ 315 g Wasser
- ▶ 80 g Anstellgut
- ▶ 9 g Salz

In Summe: 470 g Mehl, 355 g Wasser, TA 176

## Stockgare

Der Teig mit dem ungefütterten Starter ging 9,75 Stunden bei Raumtemperatur, 8,5 Stunden im Kühlschrank und weitere 5 Stunden bei Raumtemperatur (in Summe also 14,75 Stunden bei Raumtemperatur, 8,5 Stunden im Kühlschrank). Das Anstellgut kam direkt aus dem Kühlschrank und war 3 Wochen lang nicht aufgefriesht worden.

Der Teig mit dem aufgefrieshten Starter ging 4,5 Stunden bei Raumtemperatur, 8,5 Stunden im Kühlschrank, dann weitere 2,5 Stunden bei Raumtemperatur (in Summe also 7 Stunden Raumtemperatur, 8,5 Stunden Kühlschrank). Das Anstellgut von meinem aktiv aufgefrieshten Sauerteig brauchte 4 Stunden, um sich zu verdreifachen und in den Teig zu kommen.

## Stückgare

Nach dem Formen und der Gare hatte ich erwartet, dass sich die Teiglinge in derselben Geschwindigkeit weiterentwickeln würden, der Teig mit dem reifen Starter womöglich etwas schneller. Zu meiner großen Überraschung was das nicht der Fall.



Der Teig mit dem aufgefrieshten Anstellgut ist perfekt fermentiert



Für die Zwischen-gare wird er zur Boule geformt



Am Ende kommt er in die Batard-Form



Die Stückgare im Gärkörbchen beginnt



Am Ende der Gare, die interessanterweise länger dauerte als beim ungefüterten Anstellgut



Der Teig des ungefüterten Starters am Ende der Stockgare



Auch der Teig mit unaufgefrischem Anstellgut ist perfekt fermentiert



Zwischengare als Boule



Geformt zum Batard



Beginn der Stückgare



Überraschend erreicht der Teig des ungefüterten Starters schneller seine Reife



Im Ofen entwickelt der Laib aber etwas weniger Trieb als der mit dem aufgefrischem Anstellgut







Beide Brote im Profil, rechts das Brot mit dem aufgefrischtem Starter

Beide Teiglinge standen noch einmal 25 Minuten bei Raumtemperatur bevor sie im Gärkorb in den Kühlschrank gingen. Der Teig mit dem aufgefrischtem Anstellgut verbrachte 23,5 Stunden in der Kühlung (und sah dennoch ein bisschen kleiner aus, als es in den Ofen ging), während der Teigling mit dem ungefüttertem Starter nur 17,5 Stunden im Kühlschrank stand.

In Summe waren es also rund 41 Stunden Fermentation für den Teig mit dem ungefüttertem Anstellgut und etwa 39 Stunden für den Teig mit dem aufgefrischtem Starter (plus 4 Stunden, um das Anstellgut auf Trab zu bringen).



Die Krume der beiden Brote unterscheidet sich kaum

## FACHBEGRIFFE

### **Breadflour**

Diese Bezeichnung findet man zunehmend auch in Deutschland. Sie kommt eigentlich aus dem angelsächsischen Raum, in dem es keine so exakte Typisierung gibt wie in Zentral-Europa. Breadflour, übersetzt: Brotmehl, ist entweder Vollkorn- oder Auszugsmehl, das sich durch einen besonders hohen Proteingehalt auszeichnet. Oft, indem dem Mehl Stärke entzogen wird und sich so das Verhältnis zwischen Protein und Stärke verschiebt. Die Teige entwickeln ein stärkeres Glutengerüst, halten also mehr Wasser und eignen sich für eine lange Gare, zum Beispiel über Nacht im Kühlschrank. Im deutschsprachigen Raum schaut man dafür eher nach Manitoba-mehl oder kleberstarken Mehlen.

### **Anstellgut/Sauerteig/Starter**

Diese drei Begriffe meinen alle dasselbe. Es geht immer um Sauerteig. Ein wenig davon hebt man immer im Kühlschrank auf. Diesen Teil nennt man Anstellgut, weil damit neue Teige angestellt werden. Aus dem Englischen kommt der Begriff Starter. Eben weil man damit neue Teige startet.

### **Hydratation/Teigausbeute**

Auch dies zwei Begriffe für dieselbe Sache. Gemeint ist das Verhältnis von Mehl zu Wasser im Teig. In Deutschland spricht man von der Teigausbeute (TA). Dabei ist der Basiswert immer das Gewicht des Mehls. Er wird mit 100 angegeben. Dazu addiert sich das Gewicht des Wassers pro 100 g Mehl. 100 g Mehl und 60 g Wasser ergeben also eine TA 160. Bei einem Teig mit 500 g Mehl und 250 g Wasser beträgt die TA 150. Im Ausland spricht man von der Hydratation und gibt sie in Prozent an. Bei 100 g Mehl und 60 g Wasser beträgt sie 60%, bei 500 g Mehl und 250 g Wasser 50%.

### **Sortenreines Vollkorn**

Das Experiment fand in den USA statt, wo es deutlich weniger Mehl-Auswahl gibt. Dafür kann man sortenreines Getreide kaufen und selbst mahlen. Zum Einsatz kamen im Vollkornbrot die selbstgemahlene Weizensorten Turkey Red mit 75% sowie Hard White mit 25%. Auch das Anstellgut wurde in diesem Verhältnis mit beiden Sorten aufgefrischt.



Das Korn ist ausgewogen, das aufgefrischte Anstellgut wächst



Drei Wochen ungefütterter Starter fürs Experiment



Beide Teige beginnen die Stockgare nur 15 Minuten zeitversetzt



Nach 5 Stunden und 15 Minuten ist der Teig mit dem aufgefrischten Anstellgut am Ende der Stockgare angekommen



Die Volumenzunahme wird gemessen



Der Teig ist wunderbar fermentiert



Als Boule geht es in die Zwischengare



Am Ende der Zwischengare sieht der Laib schon wunderbar aus



Zunächst wird der Teig wie ein Brief gefaltet



Dann straff zum Batard aufgewickelt



Die Enden werden verschlossen



Die Stückgare beginnt



Am Ende der Stückgare ist der Teig gewachsen



Der Teigling ist fertig zum Einschneiden und Backen





Am Ausbund unterscheiden sich die Brote nicht



Nach 12 Stunden und 20 Minuten ist auch der Teig des ungefütterten Anstellguts am Ende der Stockgare angekommen

## Vollkorn-Brote

### Ungefüttertes Anstellgut

- ▶ 465 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 380 g Wasser
- ▶ 10 g Anstellgut
- ▶ 9 g Salz

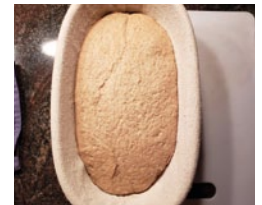
In Summe: 470 g Mehl, 385 g Wasser, TA 182



Auch dieser Teig ist perfekt fermentiert



So beginnt die Stückgare im Gärkorbchen



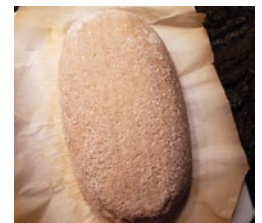
Am Ende der Stückgare hat sich der Teig sichtbar entwickelt

### Aufgefrischtes Anstellgut

- ▶ 430 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 345 g Wasser
- ▶ 80 g Anstellgut
- ▶ 9 g Salz

In Summe: 470 g Mehl, 385 g Wasser, TA 182

In Summe waren es also rund 22 Stunden Fermentation für den Teig mit dem ungefütterte Anstellgut und etwa 13 Stunden für den Teig mit dem aufgefrischten Starter (plus 7 Stunden, um das Anstellgut auf Trab zu bringen).



Der Teigling ist bereit für Einschnitt und Backen

## Stockgare

Der Teig mit dem ungefütterten Starter stand 12,3 Stunden bei Raumtemperatur. Das Anstellgut kam direkt aus dem Kühlschrank und war 3 Wochen lang nicht aufgefrischt worden.

Der Teig mit dem aufgefrischten Starter stand 5,25 Stunden bei Raumtemperatur. Das Anstellgut war aufgefrischt und brauchte zuvor 7 Stunden, um sich zu verdreifachen.

Das Brot mit dem aufgefrischten Starter hatte einen besseren Ofentrieb, in der Krume hingegen gibt es keine Unterschiede

## Stückgare

Beide Teiglinge verbrachten 35 Minuten im Gärkorb bei Raumtemperatur, bevor es in den Kühlschrank ging. Dort verbrachte der Teig mit dem ungefütterten Starter 9 Stunden, der Teig mit dem aufgefrischten Anstellgut 7 Stunden.





Rezept & Bilder:  
Vanessa Kimbell

# SCHOKO-HASELNUSS-BROT

Schwierigkeitsgrad: ★★★★★

Getreide: Weizen

Triebmittel: Schoko-Sauerteig  
(siehe BROT-Ausgabe 6/19)

Teigkonsistenz: bindig

Zeit gesamt: 18-22 Stunden

Zeit am Backtag: 5,5 Stunden

Backzeit: 50 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 230°C  
nach 10 Minuten

Schwaden: Beim Einschließen,  
nach 10 Minuten ablassen

In Ausgabe 6/19 hat die britische Autorin und Bäckerin Vanessa Kimbell die rührende Geschichte ihres Schokoladen-Sauerteigs erzählt. In diesem Rezept kommt er perfekt zur Geltung. Ein aromatisch-herzhaftes Schoko-Brot, ideal in der kalten Jahreszeit.

## Tipp

Für eine süßere  
Version dieses Brotes  
kann man die Haselnüsse  
durch 100 g eingeweichte  
und abgetropfte  
Sultaninen  
ersetzen.



## Sauerteig

- ▶ 200 g Weizenmehl 1050
- ▶ 200 g Wasser (warm)
- ▶ 20 g Schoko-Anstellgut

Die Zutaten mischen und 12-16 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur ruhen lassen.



## Schokoladen-Porridge

- ▶ 50 g Dunkle Schokolade (80% Kakao)
- ▶ 35 g Hafer
- ▶ 100 g Haselnüsse (geröstet, gehackt)
- ▶ 115 g Wasser

Die Schokolade schmelzen und gemeinsam mit den anderen Zutaten gründlich mischen, dann abkühlen lassen.



- Die Zutaten – ohne Porridge – 5 Minuten langsam mischen, dann etwa 5 Minuten schneller kneten.
- Porridge zum Teig geben und 5 Minuten schnell unterkneten.
- Den Teig 3 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur ruhen lassen.
- Den Teig langwirken und mit Schluss nach oben 1 Stunde im Gärkorbchen ruhen lassen.
- Den Ofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Den Teigling aus dem Gärkorb stürzen, einschneiden und mit Dampf in den Ofen geben. 10 Minuten anbacken, dann die Temperatur auf 230°C senken und weitere 40 Minuten backen. 🍴

## Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Schokoladen-Porridge
- ▶ 250 g Weizenmehl 1050
- ▶ 100 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 265 g Wasser (eiskalt)
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 40 g Kakao
- ▶ 10 g Backmalz (inaktiv)

### LESE-TIPP

Backen mit Sauerteig ist eine der ältesten und bekömmlichsten Arten, gesundes Brot herzustellen. Vanessa Kimbell hat sich ganz dem Sauerteig verschrieben und gibt ihr Wissen seit vielen Jahren in ihrer Sourdough School weiter. In diesem Buch teilt sie das Know-how aus ihren Backkursen – von den Grundlagen über das Ansetzen von Sauerteig bis hin zum fertigen Brot erklärt sie ausführlich und leicht verständlich, wie gutes Brot entsteht. Dabei ist ihr das tiefe Verständnis für die biochemischen Vorgänge im „lebenden“ Teig ein wichtiges Anliegen.



Verlag: Edition Fackelträger, ISBN: 978-3963420016  
Umfang: 208 Seiten, Preis: 30,00 Euro

## Vorteig

- ▶ 100 g Manitobamehl (alternativ Weizenmehl 550)
- ▶ 100 g Ruchmehl (alternativ Weizenmehl 1050)
- ▶ 180 g Wasser (eiskalt)
- ▶ 1 g Frischhefe

Alle Zutaten gut vermischen und danach abgedeckt bei Raumtemperatur 12-14 Stunden reifen lassen.



## Quellstück

- ▶ 50 g Leinsamen (geschrotet)
- ▶ 100 g Wasser
- ▶ 12 g Salz

Die Zutaten vermengen und abgedeckt etwa 12 Stunden bei Raumtemperatur quellen lassen.



## Autolyseteig

- ▶ 200 g Weizenmehl 550
- ▶ 100 g Manitobamehl (alternativ Weizenmehl 550)
- ▶ 100 g Ruchmehl (alternativ Weizenmehl 1050)
- ▶ 140 g Wasser
- ▶ 100 g Weißwein

Alles gut vermengen, für 1 Stunde abgedeckt bei Raumtemperatur verquellen lassen.

## Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ Quellstück
- ▶ Autolyseteig
- ▶ 7 g Frischhefe



Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	fest, bindig
Zeit gesamt:	16,5-20 Stunden
Zeit am Backtag:	4,5-6 Stunden
Backzeit:	60 Minuten
Starttemperatur:	225°C
Backtemperatur:	210°C nach 15 Minuten
Schwaden:	beim Einschließen

Brot und Wein sind kulinarische Köstlichkeiten und gehören seit jeher zu den Hauptdarstellern auf dem Esstisch. Bei diesem Brot findet eine regelrechte Symbiose aus beidem statt, denn der Wein ist nicht nur Tisch-Begleiter, sondern kommt auch als Zutat in den Brotteig. Der Winzer-Laib passt zu vielen Gerichten und schmeckt besonders gut zu einem herzhaften Käsefondue.

☉ Alle Zutaten 3 Minuten auf langsamer Stufe und danach 15 Minuten auf schnellerer Stufe verkneten, bis sich der Teig vom Schüsselrand löst.

☉ Den Teig in einer eingeölnen Wanne oder Schüssel abgedeckt 2-3 Stunden bei Raumtemperatur zur Gare stellen, dabei nach 30 und 60 Minuten dehnen und falten.

☉ Den Teig auf eine bemehlte Fläche stürzen, zu einem Laib formen, mit dem Schluss nach oben in ein Gärkorbchen legen und abgedeckt 1-1,5 Stunden bei Raumtemperatur zur Gare stellen.

☉ Den Ofen auf 225°C Ober-/Unterhitze gut vorheizen.

☉ Den Laib auf das Backblech stürzen, einschneiden und reichlich schwaden. Nach 15 Minuten die Temperatur auf 210°C Ober-/Unterhitze reduzieren und 60 Minuten backen. 🍴

PLZ 20000



**Mühle Erks**

Backen Sie Ihr Brot  
mit unseren  
wertvollen Zutaten!



Horster Hauptstraße 5  
26446 Friedeburg / OT Horsten  
Telefon 04453 2230  
[www.muehle-erks.de](http://www.muehle-erks.de)



# Mühlenfinder

PLZ 50000

**braakermühle**  
Die Backstube der Natur

Bio-Vollkorngetreide,  
Backmischungen, Zubehör ...



Online bestellen:  
[shop.braaker-muehle.de](http://shop.braaker-muehle.de)  
Braaker Mühle 7, 22145 Braak



**Horbacher Mühle**

Horbacher Mühle  
Prod. u. Handels GmbH

Oberhorbacher Str. 25  
53819 Neunkirchen-Seelscheid

Telefon: 02247 / 300 102

Mail: [shop@horbacher-muehle.de](mailto:shop@horbacher-muehle.de)  
[www.horbacher-muehle.de](http://www.horbacher-muehle.de)

PLZ 60000

**BIO MÜHLE**



**EILING**

**BIO MÜHLE EILING**  
Möhnestraße 98  
59581 Warstein  
[shop@biomuehle-eiling.de](mailto:shop@biomuehle-eiling.de)  
[www.bio-muehle-eiling.de](http://www.bio-muehle-eiling.de)



Aus Tradition gut

Fränkischer Grünkern, regionale Mehle  
und Backmischungen ohne künstliche  
Zusatzstoffe online einkaufen unter  
[www.zimmermann-muehle.de](http://www.zimmermann-muehle.de)


**Zimmermann-Mühle**



Gaimühle 1, 63923 Riedern  
Tel.: 09378 99950

PLZ 70000

**Stingel-Mühle**



- Qualitätsmehle aus Weizen, Dinkel und Roggen
- Brotbackmischungen
- Dinkelprodukte
- Backzutaten
- Backkurse *Versandkostenfrei ab 45 Euro*

Schwaderloch 9  
72336 Balingen  
07433/3295  
[www.mehlkaufen.de](http://www.mehlkaufen.de)

**Heimatsmühle**  
SEIT 1808

Unser Mühlenladen  
für Genussentdecker



Heimatsmühle T  
73433 Aalen  
Telefon 073 61 / 91 51 - 64  
[www.heimatsmuehle.com](http://www.heimatsmuehle.com)

**demeter**

**SPIELBERGER**  
Mühle

Beste Biomehle in großer  
Vielfalt finden Sie im

- Bioladen
- In unserem Mühlenladen
- In unserem Onlineshop

Mehr unter [spielberger.de](http://spielberger.de)

Spielberger GmbH, 74336 Brackenheim,  
+49 (0) 7135 - 98 15-51



**BLATTERT MÜHLE**

Gesunde  
Mühlenprodukte,  
frisch aus dem  
Schwarzwald!

79848 Bonndorf T: 07703-318  
[www.blattert-muehle.de](http://www.blattert-muehle.de)

PLZ 80000

**DRAX•MÜHLE**



Mehl, Getreide und Backzutaten  
direkt aus der Mühle!  
[www.drax-muehle.de](http://www.drax-muehle.de)

Drax-Mühle GmbH  
Hochhaus 5 · 83562 Rechtmehring  
Tel. 08072-8276

**MAILÄNDER MÜHLE**



Egerweg 30 · 86753 Möttingen  
Tel.: 090 83/208 · Fax: 92 02 08

Online shoppen:  
[mailaender-muehle.de](http://mailaender-muehle.de)

Alle Mühlenprodukte auch in BIO  
Besondere Spezialität  
Gelbweizenmehl




**Donath**

Donath-Mühle. Bio seit 1925.  
Dorfstraße 9  
86825 Bad Wörishofen-Stockheim  
Telefon 08247/2112  
[www.donath-muehle.de](http://www.donath-muehle.de)

**demeter** **BiO**

Langer Mühle Atzenbrugg

Mehle und alles rund ums Backen!



**la mülh la**  
Langer Mühlenladen

[www.lamuehla.at](http://www.lamuehla.at)  
[office@langermuehle.at](mailto:office@langermuehle.at)

Telefon +43 2275 5273  
Schubertstraße 15  
3452 Atzenbrugg  
Österreich

österreich

# Inspiration

Dem Thema Brot kann man sich von vielen Seiten nähern: Kulinarisch, technisch, wirtschaftlich, künstlerisch. Hier eine Auswahl von Dingen, die in letzter Zeit unsere Aufmerksamkeit erregt haben.

Unterteilt in vier Jahreszeiten-Kapitel Herbst, Winter, Frühling und Sommer stellt Michaela Hager ihre Rezepte zur Festtagsküche in ihrem gleichnamigen Buch vor. Darin gibt es auch ein kleines Kapitel, das sich mit Grundrezepten wie Serviettenknödeln, Spätzle und Kartoffelbrei beschäftigt. Die Autorin führt selbst seit 24 Jahren ein Lokal und kocht seit 2008 regelmäßig im Bayerischen Fernsehen. Ihre gesammelten Erfahrungen gibt sie den Kochenden mit ihrem Buch weiter. Sie zeigt, wie man an Weihnachten, zu Ostern, zum Geburtstag oder für eine Hochzeit leckere Speisen zubereitet und clever vorbereitet.



Michaela Hager  
Festtagsküche  
Herzlich Saisonal Entspannt  
240 Seiten  
978-3-7106-0372-3  
€ 30,-

 [www.brandstaetterverlag.com](http://www.brandstaetterverlag.com)



Foto: Knärzje GmbH

Jedes Jahr ehren die Kultur- und Kreativpiloten Deutschland 32 Unternehmen, Selbständige und Gründer/Innen, die die Welt besser machen wollen. Eines der Titelträger-Unternehmen, das in diesem Jahr Mitte November ausgezeichnet wurde, heißt Knärzje und kommt aus Frankfurt am Main. Es produziert ein so genanntes Zero Waste-Bier, das aus Altbrot gebraut wird. Im Interview verrät Gründer und Geschäftsführer Daniel Anthes mehr zu diesem spannenden Projekt.

## Wie bist du auf die Idee gekommen, Bier aus altem Brot zu brauen?

Ich wusste, dass es im Ausland schon Brotbier gab und war von Anfang an begeistert von der Idee. Irgendwann habe ich mir dann gedacht, dass so etwas perfekt nach Deutschland – dem Land des Bieres und Brotes – passen würde. Und so war die Idee geboren, mit der ich dann bei lokalen Brauereien vorstellig wurde. Schließlich geht es hier nicht nur um ein besonderes und leckeres Bier, sondern eben auch um die Reduzierung der Lebensmittelverschwendung.

## Inwieweit unterscheidet sich der Brauprozess zu herkömmlichem Bier?

Nur in einem Punkt: Dass wir ein Drittel des normalerweise nötigen Braumalzes durch altes, getrocknetes und gehäckseltes Brot ersetzen.

## Welche besonderen geschmacklichen Eigenschaften hat das Knärzje-Bier?

Unser Bier bringt natürlich eine gewisse Brot-Note mit. Aber für den normalen Biertrinker ist das nicht wirklich herauszuschmecken. Wir haben uns bewusst für eine Rezeptur entschieden, die das Bier nicht zu beliebig erscheinen lässt, aber auch nicht in eine extremere Craft-Bier-Richtung geht. Zumindest das erste Feedback lässt uns hoffen, dass uns das gelungen ist.

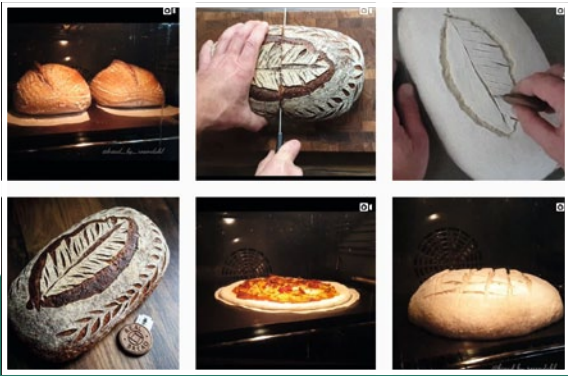
# BIER



Foto: Knärzje GmbH

Knärzje-Gründer Daniel Anthes (links) mit seinem Kollegen Ralf Wagner





Der Däne Jacob Rosendahl ist Brotbäcker durch und durch. Auf seiner Instagram-Seite zeigt er nicht nur die wirklich lecker aussehenden Ergebnisse seiner Arbeit, sondern veröffentlicht auch die Rezepte dazu und gibt in kurzen Videos Tipps und Tricks zu bestimmten Arbeitsschritten seiner Brote, Brötchen und Baguettes. Nicht nur für Fortgeschrittene eine tolle Inspirationsquelle, sondern gerade auch für Einsteiger.

 @bread\_by\_rosendahl

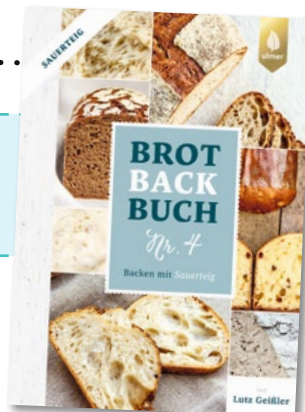
Die Autoren Jörg Reuter und Manuela Rehn haben sich auf eine Reise quer durch Deutschland begeben, um mit älteren Menschen über das Essen ihrer Kindheitstage zu sprechen und mit ihnen gemeinsam zu kochen. Begleitet wurden sie von einem Koch aus der jeweiligen Region, der die Ursprünge der Zubereitungen und Essgewohnheiten erklärt und somit die Brücke zur modernen regionalen Küche schlägt. Insgesamt haben die Autoren zusammen mit den Senioren 80 besonders emotional verwurzelte Rezepte ausgesucht, niedergeschrieben und nachgekocht. Das Buch „Unser kulinarisches Erbe“ porträtiert diese Reise voll schöner, berührender Gespräche und Situationen, die zwischen den älteren Menschen, den Köchen und den Autoren entstanden sind.



Unser kulinarisches Erbe  
Lieblingsrezepte der  
Generation unserer  
Großeltern  
Jörg Reuter, Manuela Rehn  
300 Seiten  
978-3-95453-185-1  
€ 29,95

 [www.bjvv.de](http://www.bjvv.de)


Lutz Geißler  
Brotbackbuch Nr. 4  
408 Seiten  
978-3-8186-0645-9  
€ 39,95



In seinem neuen Standardwerk, dem „Brotbackbuch Nr. 4“ aus dem Verlag Eugen Ulmer, widmet sich Brot-Experte Lutz Geißler ausführlich der komplexen Welt der Sauerteige und wilden Mikroorganismen. Was ist Sauerteig? Wie werden Sauerteige hergestellt und gepflegt? Welche Arten von Sauerteig gibt es? Und welche Vor- und Nachteile haben diese beim Backen? Lutz Geißler greift diese und viele andere Fragen auf und gibt ausführliche sowie verständliche Antworten. Der umfangreiche, wissenschaftlich fundierte Grundlagenteil sowie 60 exklusiv entwickelte Grundrezepte von einfach bis komplex mit verschiedenen Sauerteigführungen vom Roggenbrotklassiker bis zum Panettone zeigen die Vielfalt der Welt der Sauerteige. Neben der Sauerteigbäckerei behandelt der Autor auch die Herstellung und Pflege von Wildhefewasser sowie die sinnvolle Verwertung von Sauerresten samt praktischer Rezepte dafür.



„Kleiner Kuriositätenladen“. Der Foodblog für kreative Küche und gelingsichere Rezepte – so nennt sich das Blog von Stephanie Kosten. Dort findet jeder Interessierte Rezepte von A-Z, kann diese auch nach Kategorien wie Vorspeise oder Getränke anzeigen lassen und einen Einblick in die Vorratskammer erhalten. Auch saisonale Geschenk-Ideen aus der Küche stellt die Bloggerin vor.

 [www.kuriositaetenladen.com](http://www.kuriositaetenladen.com)



Die Cover der 5 Modernist Bread-Bücher

[www.brot-magazin.de/einkaufen](http://www.brot-magazin.de/einkaufen)

6 Bände, 2.500 Seiten, 1.500 Rezepte und 25 Kilogramm – das sind die beeindruckenden Fakten des Buchbands „Modernist Bread“ von Nathan Myhrvold und Francisco Migoya. Nach dem vielfach preisgekrönten Kochbuch-Standardwerk „Modernist Cuisine“ stellt dieses umfangreiche Kompendium nun das Verständnis von Brot auf einem neuen Level dar. Anschauliche Fotografien erwecken die Geschichte des Brotbackens zum Leben und zeigen die Vielfalt von Brot auf der ganzen Welt. Mehr als vier Jahre unabhängiger wissenschaftlicher Forschung wurde in Zusammenarbeit mit führenden Experten aus Industrie und Handwerk zusammengetragen..

Profis wie Hobbybäcker erhalten Einblicke in den Backprozess, hilfreiche und zeitsparende Lösungen für bekannte Probleme und unzählige Rezepte für traditionelle sowie moderne Brote. Das Buch enthält ein Vorwort von

Chad Robertson, das die Geschichte des Brotbackens auf der ganzen Welt beschreibt, einschließlich der Entstehung von Vollkornbrot. Neben modernen Techniken des Brotbackens bietet das Buch zahlreiche Rezepte und Techniken zur Herstellung traditioneller deutscher Brote – zu Hause und in der Bäckerei. Für die deutsche Übersetzung war die Akademie des deutschen Bäckerhandwerks in Weinheim beratend tätig. Einzig das hierzulande wichtige Thema Roggensauerteig kommt in dem Werk zu kurz.

Modernist Bread wurde mit zahlreichen Kochbuchpreisen ausgezeichnet, darunter der „Gourmand Award Best Food Book of the Year / USA“ (2018) und die Auszeichnung „Bestes Kochbuch“ in der Kategorie „Restaurant and Professional“ (2018). Die fünf Bücher werden in einem großen Metallschuber geliefert und kosten 525,- Euro.



[www.mipano.de](http://www.mipano.de)

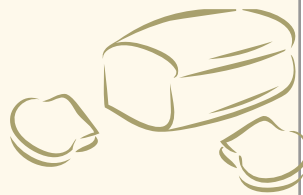
Wer auf der Suche nach einem neuen Brotbackbuch ist, steht sprichwörtlich vor der Qual der Wahl. Es gibt unzählige Werke, die Rezepte und Tricks rund um das Thema Brotbacken enthalten. Auf ihrer Website mipano hat Katja Schmid daher nun einen Backbuchfinder veröffentlicht, in dem sich zahlreiche Backbücher aus aller Welt in einer Übersicht finden: [www.mipano.de/books](http://www.mipano.de/books). Mit einem Klick auf das jeweilige Buchcover gelangt man zu einer kurzen Buchbeschreibung und erfährt, wann und in welchem Verlag das Buch erschienen ist, welcher Autor es verfasst hat, wie viele Seiten es hat und wie die ISBN lautet. Die Titel stehen entweder in einer vierspaltigen Übersicht untereinander oder lassen sich alphabetisch sortieren. Außerdem kann man über Filter möglichst schnell zum gesuchten Buch kommen. Bereits jetzt hat Katja Schmid mehr als 100 Bücher in ihrer Übersicht zusammengestellt.

Das Backen von Sauerteigbrot ist eine Leidenschaft von Anita Šumer. Mehr noch. Sie möchte die Liebe und Faszination für diese gesunde Art des Backens verbreiten. Und das schafft sie mit ihrem Buch „Verrückt nach Sauerteig“, mit dem sie zahlreichen Brotliebhabern diese ursprüngliche kulinarische Tradition des Backens näherbringt.


In ihrem reich illustrierten Buch, das als einfache und auf eigenen Erfahrungen basierende Einführung in die Welt des Backens mit Sauerteig gedacht ist, enthüllt die Slowenin die Geheimnisse des geschmackvollen Brotes älterer Generationen. Dabei geht es nicht nur um Brot und Brotbackwaren, sondern auch andere salzige und süße Köstlichkeiten aus Sauerteig kommen auf den Tisch: Buchweizenbrot mit Nüssen, Sauerteigpizza, Butterbrioche, Gewürzbrötchen, veganes Bananenbrot, Dinkelkuchen mit Früchten, süßer Zopf und vieles mehr.


Mit den rund 50 Rezepten in „Verrückt nach Sauerteig“ beweist Anita Šumer, dass Sauerteigbackwaren nicht immer dicht und sauer sein müssen. Im Gegenteil: Sie sind nahrhafter, leichter zu verdauen und geschmackvoller als Backwaren, die ausschließlich mit Hefe hergestellt werden. Doch nicht nur Rezepte sind Bestandteil des Buches, es werden auch Grundlagen zum Ansetzen und Pflegen von Sauerteig vermittelt, Tipps zum Backen gegeben und Basisinformationen mitgeteilt.

Anita Šumer betreibt seit rund 3 Jahren ihren Instagram-Account @sourdough\_mania, auf dem sie Fotos und Videos von einer ihrer größten Leidenschaften postet. Sie ritzt mit einer Rasierklinge Muster in Brot-Teiglinge, wodurch sich durch das Aufbrechen der Kruste nicht nur tolle Muster ergeben, sondern teilweise kunstvolle Bilder. Segelschiff, Selbstporträt oder Huhn – Anita Šumer bringt fast alles aufs Brot.



Anita Šumer  
**Verrückt nach Sauerteig**  
 312 Seiten  
 978-3-96257-104-7  
 € 29,90

 @sourdough\_mania

 [www.narayana-verlag.de](http://www.narayana-verlag.de)



 [www.typografie.de](http://www.typografie.de)

Der Abreißkalender „Unser täglich Brot – mit Laib und Seele durch 2020“ im Format 11,6 x 15,2 Zentimeter hat 366 Seiten mit Fotos von verschiedenen Broten, Brötchen und anderem Gebäck. 74 Fotografen aus 24 Ländern haben ihre schönsten Brot-Fotos dafür zur Verfügung gestellt. Zum Lieferumfang des 24,80 Euro kostenden Kalenders gehören auch ein kleiner Brotkorb sowie eine Baumwollserviette.

Anzeige

# HÄUSSLER

## Teigknetmaschine Alpha



Guter Teig ergibt gute Backwaren: Reich an Sauerstoff, luftig-locker in der Konsistenz, glatt an der Oberfläche und flexibel in der Spannung. Der Kleber im Mehl muss gut aufgeschlossen sein, damit der Teig zu einer homogenen Masse wird. Dies gelingt am besten mit einer professionellen Teigknetmaschine. Für richtiges Kneten braucht es Kraft. Deshalb werden in den Häussler Maschinen starke Industriemotoren und robuste Kettenantriebe verbaut. Unverwüstliche Qualität!

Webshop und Homepage:  
[www.backdorf.de](http://www.backdorf.de)

88499 Heiligkreuztal · Tel. 073 71/9377-0

**Schwierigkeitsgrad:** ★★☆☆

**Getreide:** Roggen, Dinkel, Einkorn

**Triebmittel:** Sauerteig, Hefe

**Teigkonsistenz:** sehr weich

**Zeit gesamt:** 15-18,5 Stunden

**Zeit am Backtag:** 3-3,5 Stunden

**Backzeit:** 40-50 min

**Starttemperatur:** 230°C

**Backtemperatur:** 200°C  
nach 10 Minuten

**Schwaden:** beim Einschließen

## Sauerteig

- ▶ 100 g Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 100 g Wasser
- ▶ 10 g Sauerteig Marvin  
(siehe BROT-Ausgabe 5/2018)

Alles gut vermischen und für 12-15 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur stehen lassen.

## Vorteig

- ▶ 75 g Dinkelmehl 630
- ▶ 75 g Wasser
- ▶ 0,5 g Frischhefe

Alles locker miteinander vermischen, 12-15 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen.

## Quellstück

- ▶ 20 g Sesam
- ▶ 20 g Hanfsamen
- ▶ 20 g Kürbiskerne
- ▶ 20 g Sonnenblumenkerne
- ▶ 80 g Wasser (heiß)

Die Körner in einer Pfanne anrösten, anschließend mit heißem Wasser übergießen. 12-15 Stunden bei Raumtemperatur verquellen lassen.

## Kochstück

- ▶ 25 g Kürbiskernmehl
- ▶ 100 g Wasser

Zutaten in einem kleinen Topf vermischen, bei kleiner Flamme erwärmen, bis die Masse andickt. Abgedeckt auskühlen lassen.

Rezept & Bild: Michelle Deschner

@mimipustebume



# GRÜNES KÖRNERBROT

Wer einen eigenen Garten hat und selbst Zucchini anbaut, weiß, dass sich die Pflanzen schneller vermehren, als man sie verarbeiten kann. Da kommt dieses Rezept für ein grünes Körnerbrot gerade recht. Denn eine der Hauptzutaten ist Zucchini. Durch Sauerteig, ein Quellstück und ein Kochstück wird das Brot dabei schön saftig und bleibt lange frisch.

🕒 Für den Hauptteig alle Zutaten – bis auf Wasser und Kürbiskernöl – 3-5 Minuten auf langsamer Stufe vermischen. Das Wasser erst zum

Schluss schluckweise zugeben.

Wenn alle Zutaten miteinander vermischt sind, das Öl dazugeben und kurz mit einkneten.

## Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Vorteig
- ▶ Quellstück
- ▶ Kochstück
- ▶ 80 g Einkornmehl Vollkorn
- ▶ 65 g Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 65 g Roggenmehl 1050
- ▶ 30 g Wasser
- ▶ 75 g Zucchini (geraspelt)
- ▶ 15 g Kürbiskernöl
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 10 g Zuckerrübensirup
- ▶ 3,5 g Frischhefe

### Zum Bestreuen

- ▶ Saaten oder Körner nach Geschmack

🕒 Den Teig 45-60 Minuten bei Raumtemperatur zur Gare stellen. Anschließend mit Hilfe eines Teigschabers in eine gefettete Kastenform (32 x 13 x 8 cm) geben.

🕒 Den Teig mit Wasser besprühen, glattstreichen und mit Körnern oder Saaten nach Geschmack bestreuen. Den Teigling nochmal 90-100 Minuten gehen lassen.

🕒 Währenddessen den Backofen auf 230°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Brot in den Ofen schieben und schwaden. Nach 10 Minuten die Tür kurz öffnen, um den Dampf abziehen zu lassen, die Temperatur auf 200°C reduzieren und weitere 30-40 Minuten zu Ende backen. ■

# EMMER-VOLLKORN-BRÖTCHEN

Die Urgetreideart Emmer verleiht diesen Baguette-Brötchen eine rustikale, herzhaft-nussige Note. Der Joghurt sorgt indes nicht nur für eine wattige Krume, sondern zugleich für ein mildes Aroma, sodass ein runder Geschmack entsteht. Die lange Gare macht das Urgetreide bekömmlicher und trägt zur Frischhaltung bei.

Die Hefe in 420 g des Wassers auflösen und zusammen mit den restlichen Zutaten – bis auf Salz – vermengen und mit den Händen kneten, bis der Teig sich gut vom Schüsselrand löst. Abgedeckt bei Raumtemperatur 45 Minuten ruhen lassen.

Das Salz in den restlichen 20 g Wasser auflösen, zum Teig hinzufügen und von Hand gut mit unterkneten. Anschließend den Teig abgedeckt 1 Stunde bei Raumtemperatur gehen lassen. Nach 30 Minuten einmal dehnen und falten.

Den Teig in eine geölte Wanne oder Schüssel legen, nochmals dehnen und falten und abgedeckt für 20-21 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und mit beiden Händen vorsichtig an den Seiten auseinanderziehen, sodass ein Rechteck entsteht. 10 Minuten entspannen lassen.

Mit einer Teigkarte das Rechteck horizontal in drei gleichgroße Streifen teilen und jeden Streifen vertikal halbieren, sodass insgesamt sechs Teiglinge entstehen.

Die Teiglinge auf einer bemehlten Arbeitsplatte der Länge nach verdrehen und auf ein Backleinen oder Küchentuch legen. Abgedeckt 45 Minuten bei Raumtemperatur ruhen lassen.

Rechtzeitig den Ofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Teiglinge in den Ofen geben und kräftig schwaden. Sofort die Temperatur auf 210°C reduzieren und die Brötchen 15-17 Minuten backen. ■



## Zutaten\*

- ▶ 400 g Emmermehl Vollkorn
- ▶ 230 g Weizenmehl 550
- ▶ 440 g Wasser (Raumtemperatur)
- ▶ 155 g Joghurt (3,8 %)
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 5 g Frischhefe

\*Ergibt 6 Brötchen

Rezept & Bilder:  
Margarete Maria Preker  
 @imagina\_von\_rosenberg  
 /ImaginaVonRosenberg  
 www.brotpassion.de

Für Einsteiger  
geeignet

<b>Schwierigkeitsgrad:</b>	★☆☆
<b>Getreide:</b>	Emmer, Weizen
<b>Triebmittel:</b>	Hefe
<b>Teigkonsistenz:</b>	bindig
<b>Zeit gesamt:</b>	23,5-24,5 Stunden
<b>Zeit am Backtag:</b>	1,5 Stunde
<b>Backzeit:</b>	15-17 Minuten
<b>Starttemperatur:</b>	250°C
<b>Backtemperatur:</b>	210°C beim Einschießen
<b>Schwaden:</b>	beim Einschießen

Die Purebread Bakery in Taipei

„Ich will die Leute  
nicht enttäuschen“

PUREBREAD





1



2



3

1) Der Franzose Chichi blieb auf seiner Weltreise in Taiwan hängen. Heute kümmert er sich um die süßen Sachen der Bäckerei 2) Neben klassischen und kreativen Broten gibt es auch süße Gebäcke – oft mit Sauerteig. 3) Die meisten Kundinnen und Kunden lassen sich ihr Brot aufschneiden.

An der Purebread-Bäckerei in Taipeh kommt man nicht zufällig vorbei. Zwar liegt sie mitten im Zentrum der Hauptstadt Taiwans, aber in einer unscheinbaren Nebenstraße, die man finden wollen muss. So wie die Preise. Denn in der kleinen Bäckerei gibt es keine Preisschilder.

Jim Li erklärt: „Die Leute sind andere Preise gewöhnt. Wären unsere Preise das erste, was sie sehen, würden sie einfach wieder gehen. So aber haben wir die Möglichkeit, mit ihnen ins Gespräch zu kommen, zu erklären, was wir machen.“ Rund 280 Taiwan-Dollar kostet sein Brot pro Kilo, etwa 10 Euro. Und in Taiwan ist das tatsächlich erklärungsbedürftig.

Als er 9 Jahre alt war, emigrierten Jims Eltern in die Vereinigten Staaten. Für ihn begann ein Pendel-Leben. Schule in den USA, Highschool in Taiwan, Studium dann wieder in Amerika. Auf Jim wartete eine Karriere als Laser-Ingenieur.

„Es war der leichteste Weg für mich“, blickt der 38-jährige zurück. „Zahlen und Logik waren immer meine Stärken, Literatur und Kreativität lagen mir nicht. Eigentlich hatte ich keine Ahnung, was ein Ingenieur macht, aber es war für mich mit wenig Aufwand verbunden.“ Das Richtige war es aber offensichtlich nicht. Alles kam anders.

In Taiwan arbeitete Jim zunächst unter anderem für Sony. Aber er vermisste etwas. Zwar sind die USA wahrlich nicht bekannt für gutes Brot. Aber es ist da. Überall im Land eröffneten im letzten Jahrzehnt handwerkliche Bäckereien. Letztlich begann dort die große Welle der Artisan- und Heimbäckerei.

Für Jim logisch. Die Staaten, sagt er, seien nunmal ein Einwandererland. Und irgendwann vermissen die Leute das Essen ihrer Heimat.

„Aber während in Europa sehr traditionell gebacken wird, fehlt der Ballast alter Regeln in den USA. Die Leute sind experimentierfreudiger, gehen das Thema Brot ganz anders an.“

Das war es, was ihm in Taiwan fehlte. „Die Leute haben in Taiwan ein vollkommen falsches Verständnis von Brot.“ Wie in anderen asiatischen Ländern ist es weich, weiß, süßlich und gilt als Dickmacher. Krachende Krusten, Sauerteig und herzhaftes Brot sind eher etwas für Liebhaber.

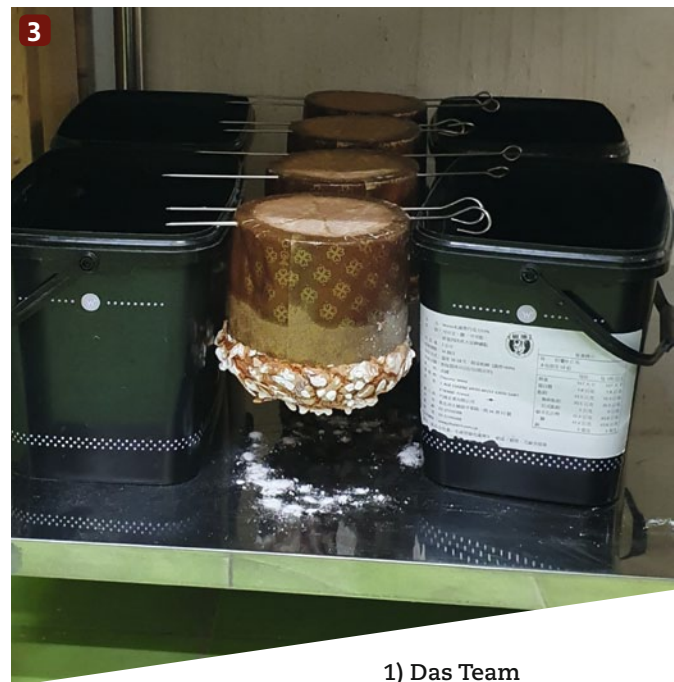
In der Zeit seiner Rückkehr gab es zwei große Lebensmittelskandale in Taiwan. Eine riesige Bäckereikette warb jahrelang mit reinen Rohstoffen und natürlichen Zutaten. In Wahrheit waren die Backwaren vollgestopft mit den klassischen synthetischen Backmitteln. „Alles legal, aber nicht ehrlich“, sagt Jim. Genau wie das Speiseöl. Einer der größten Produzenten des Landes kaufte mit giftigen Stoffen kontaminiertes Öl in Vietnam, bereitete es auf und verkaufte es als hochwertiges Speiseöl. „Sie sagten, anders wäre es zu dem Preis nicht



1



2



3

1) Das Team arbeitet mit verschiedenen selbst gezogenen Starter-Kulturen. 2+3) Aktuell arbeiten sie am perfekten Panettone. Mit jedem Versuch kommen sie dem Ziel näher. Die Kunden sollen verschiedene internationale Klassiker kennenlernen

möglich und die Leute seien nicht bereit, mehr zu zahlen. Das ist einer der größten Hersteller. Wenn jemand die Macht hat, höhere Preise durchzusetzen, dann er.“ So richtig fassen kann er es bis heute nicht.

All das brodelte im Ingenieur und immer klarer wurde: Wenn er ehrliche Lebensmittel, gutes Brot in Taiwan haben wollte, dann müsse er es selbst in die Hand nehmen. Die Idee brodelte lange in ihm, „aber es fehlten die richtigen Leute“.

In Davis fand er 2015 einen Freund und Berater, der ihm dabei helfen sollte. Er selbst

wollte gerade eine Pizzeria eröffnen, stellte den Plan aber erstmal zurück, um Jim zu unterstützen.

Seine Mutter, Finanzchefin im amerikanischen Konzern Johnson & Johnson, half beim Aufbau des betriebswirtschaftlichen Teils. Davis trainierte die Bäcker.

„Es gibt eine Menge guter Leute in den Backstuben Taiwans“, sagt Jim, „Sie gewinnen regelmäßig international Preise. Aber ihre Stärke ist die Umsetzung dessen, was man ihnen sagt. Eigene Kreationen sind nicht ihr Ding.“

Jim wiederum machte sich auf die Suche nach Räumen und Rohstoffen. Beides nicht ganz einfach. „Ich wollte dieses Geschäft langsam und gesund aufbauen, nicht unter der Last einer hohen Miete





1+2) Reinigen müssen die Mitarbeiter/innen die Backstube selbst, alles blitzt in den Räumen. 3) Zwischen 8 und 12 Stunden ruhen die Brotteige im Gärkorbchen. 4) Das Kühlhaus ist eher ein begehrter Kühlschrank, viel Platz bietet es nicht. 5) Die beengten Räumlichkeiten erfordern maximale Platzausnutzung

ersticken“, so erklärte er es dem Makler. Die Bäckerei sollte erreichbar sein und bezahlbar. So landete er in dem kleinen Geschäft in der Nebenstraße des Zentrums. „Wenn Du willst, kannst Du uns leicht erreichen.“

Ähnlich schwierig, aber lösbar war die Herausforderung der Rohstoffe. Weizen wird in Taiwan nicht angebaut, das Klima ist nicht geeignet. „Fast alle Mehle, die man hier kaufen kann, kommen aus China. Und sie sind alle behandelt.“ Jim aber wollte reine Rohstoffe. Er entschied sich für die Vereinigten Staaten als Herkunft für sein Weizenmehl.

„Ich spreche die Sprache, es gibt große Anbaugelände mit stabilem Klima und damit auch eine sehr stabile Qualität.“ Aber der Import ist teuer. Aufgrund der heiklen politischen Lage. China betrachtet Taiwan als Teil des eigenen Landes. Entsprechend unterhält

der kleine Inselstaat offiziell kaum eigene politische Beziehungen zu anderen Staaten. Es gibt also auch keine Handelsabkommen. Das macht Importe teuer und den Preis-Abstand zu heimischen Produkten riesig. Für Jim trotzdem alternativlos. Er will unbehandeltes Mehl von hoher Qualität. Bisher Weizen und Roggen, künftig wird in der kleinen Bäckerei auch mit Dinkel gearbeitet.

Sein Mehl importiert Jim selbst, nicht über einen Großhändler. Da kommt es manchmal zu Engpässen, in denen dann auch andere Mehle im Brot landen. Aber Kunden sehen das. Denn die Mehlvorräte liegen – der beschränkte Platz lässt es nicht anders zu – im Verkaufsraum. Diese Ehrlichkeit ist ihm wichtig.

12 Leute arbeiten inzwischen in der Backstube. Der auffälligste unter ihnen ist Chichi. Seine Familie hat eine Bäckerei in Frankreich. Er selbst wollte in der Welt herumreisen und lernen. Doch gleich im ersten Land blieb er. Der Liebe wegen. Nun kümmert er sich bei Purebread um die süßen Gebäcke.

Neben denen stehen täglich etwa zehn unterschiedliche Sauerteigbrote auf dem Programm. Getrieben von selbst gezogenem Sauerteig



1) Preise sucht man in der Bäckerei vergeblich, sie sind erklärungsbedürftig. 2) Die Mehlvorräte liegen im Verkaufsraum. Einerseits gibt es der Platz nicht anders her, andererseits bietet es den Kunden Transparenz. 3) Auch das Entfernen der Feigenstrunke ist Handarbeit, später kommen die Früchte in ein Feigenbrot

für den Geschmack und etwas Backhefe für die fluffige Krume. In den Ofen kommen sie nach einer langen Garzeit, von meist 8 bis 12 Stunden im Gärkorb.

Im Verkauf sind acht Leute tätig. Anfangs stand Jim Li selbst jeden Tag im Laden. Er wollte das Feedback der Kundinnen und Kunden hören, seine Vision und die Arbeit seiner Leute erklären. Es waren wertvolle anderthalb Jahre.

Dann verschob sich der Fokus ein wenig. Vor einem Jahr wurde Jim Vater. Und er eröffnete ein Sandwich-Restaurant. Hier fand er guten Einsatz für sein Sauerteig-

brot und neue Kunden. Nicht nur beim Brot, auch bei den Zutaten setzt er auf hausgemachte Qualität und exzellente Rohstoffe. So wurde LBC, die Liquid Bread Company, unlängst zum siebtbesten Sandwich-Restaurant Asiens gewählt. Ihn hat das überrascht. Auch wenn es ein logischer Erfolg ist.

Dabei sind nur etwa 20 Prozent der Bäckereibesucher Stammkunden. Immer wieder kommen Touristen oder Menschen, die auf Zeit in Taipeh leben. Sie sind auch ein Teil des Antriebs für Jim: „Ich kenne das Leben in einem anderen Land. Ich erinnere mich, wie mir Leute chinesische Restaurants in den Staaten empfohlen haben. Dann fuhrst Du da eine Stunde oder länger hin, voller Erwartungen und Vorfreude. Und dann

Mit LBC, der Liquid Bread Company, wirbt Jim Li für sein Brot. Die Idee war, Sandwiches und Bier zu kombinieren – daher der Name mit dem „flüssigen Brot“





Kürzlich wurde LBC auf Platz 7 der 50 besten Sandwich-Restaurants in Asien gewählt. Das Setzen auf Qualität, Handwerk und gute Rohstoffe zahlt sich aus

war es einfach nur enttäuschend. Ich will die Leute nicht enttäuschen. Sie kommen her, weil sie Heimweh haben, sich geschmacklich nach einem Stück Zuhause sehnen. Ich will ihre kulinarische Kultur nicht beleidigen. Manchmal sind es auch Einheimische, die im Ausland gelebt oder dort ihre Flitterwochen verbracht haben. Auch sie suchen die geschmackliche Erinnerung. Hier finden sie die.“ 🍷



Tuna Melt und Taipei Bomber gehören zu den beliebtesten Sandwiches bei LBC


Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Roggen
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	weich, klebrig
Zeit gesamt:	14,5-17 Stunden
Zeit am Backtag:	3 Stunden
Backzeit:	60 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	190°C nach 45 Minuten
Schwaden:	nein

# ELSÄSSER KRUSTE

Dieses Brot besteht zu 100 Prozent aus Roggen und schmeckt doch mild und aromatisch. Der verwendete Champagnerroggen wird auch heute unter anderem noch im Elsass angebaut. Das Backen im Topf macht die Kruste schön knusprig und durch die Zugabe eines Mehlkochstücks bleibt das Brot lange frisch und ist super fluffig.

Rezept & Bilder: Tanja Schlund

 @schlundisworld

 /Schlundis.Blog

 www.schlundis.com

## Sauerteig

- ▶ 170 g Champagnerroggenmehl 1000 (alternativ Roggenmehl 997 oder 1150)
- ▶ 170 g Wasser
- ▶ 15 g Anstellgut

Die Zutaten gründlich vermischen und 12-14 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

☉ Alle Zutaten 2-3 Minuten auf langsamer Stufe vermischen, dann auf schnellerer Stufe 5-6 Minuten kneten.

☉ Den Teig in eine bemehlte Schüssel geben und abgedeckt bei Raumtemperatur etwa 45 Minuten ruhen lassen.

☉ Teig rund formen und mit dem Schluss nach unten in den Gärkorb legen. Etwa 45-60 Minuten zur Gare stellen. In der Zwischenzeit den Backofen mit dem Topf auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

☉ Den Teigling dann auf ein Backpapier stürzen und damit in den heißen Topf legen. Deckel schließen und 45 Minuten backen. Danach den Deckel abnehmen, die Temperatur auf 190°C reduzieren und weitere 15 Minuten ohne Deckel fertig backen.

☉ Brot nach dem Backen sofort aus dem Topf nehmen. 🍴

## Kochstück

- ▶ 30 g Champagnerroggenmehl 1000 (alternativ Roggenmehl 997 oder 1150)
- ▶ 90 g Wasser (kochend)

Das Mehl in das kochende Wasser einrühren. Wenn die Masse eindickt, 2 Minuten weiter kräftig rühren und vom Herd nehmen. Abgedeckt abkühlen lassen.



## Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Kochstück
- ▶ 400 g Champagnerroggenmehl Vollkorn
- ▶ 260 g Wasser
- ▶ 12 g Salz





# Brot Laden

Maße: 30 cm x 15,5 cm x 14,5 cm,  
Gewicht: ca. 4,7 kg

199,- EURO



## Weiden-Brotkörbe

Diese praktischen Weidenkörbchen für den Esstisch gibt es in zwei Größen:

Oval, 20 x 30 Zentimeter oder rund mit 26 Zentimeter Durchmesser. Da macht die Brot-Präsentation gleich noch mehr Spaß. Das Körbchen kommt aus Bosnien und wurde fair gehandelt. Beide Varianten kommen in Naturfarbe. 🌱

9,- EURO

## Loaf-Nest

Gutes Brot ohne viel Aufwand herzustellen ist gar nicht so einfach. Mit dem LoafNest geht die Arbeit leichter von der Hand. Man braucht weder eine Küchenmaschine noch anderes Werkzeug. Auch der beim Brotbacken unvermeidliche Schmutz durch Mehlreste wird vermieden. Einfach Zutaten zusammenrühren, Teig reifen lassen, in das LoafNest geben und backen. Lieferumfang: Hochwertiger, emaillierter Gusseisen-Topf Antihaft-Silikonnest und Anleitung. 🌱

Lang  
27,90 x 43,20 cm

Standard  
27,90 x 30,50 cm

28,95 EURO

24,95 EURO

## Vejibag

Vejibags sind für die Aufbewahrung von Gemüse eine Alternative zu Plastikbeuteln. Das Gemüse bleibt länger frisch und die Umwelt wird geschont. Die Beutel bestehen zu 100 Prozent aus ungefärbter Bio-Baumwolle. Es gibt zwei Größen: Vejibag „Standard“ und Vejibag „Lang“. 🌱



15,95 EURO

5er-Set

4er-Set groß



19,95 EURO

Avocado



11,95 EURO

17,95 EURO



6er-Set klein

## Food Huggers

Food Huggers sind kleine Helfer in der Küche, mit denen das Wegschmeißen von Lebensmitteln und der Einsatz von Plastik reduziert werden. Food Huggers legen sich dicht um Obst oder Gemüse und halten es dadurch schön frisch. Auch Gläser kann man damit abdecken und somit auf Folie verzichten. Hergestellt aus weichem und BPA-freiem Silikon in Lebensmittelqualität, leicht zu reinigen, spülmaschinenfest. 🌱

Bestellung: [www.brot-magazin.de/einkaufen](http://www.brot-magazin.de/einkaufen)

040/42 91 77-110



259,- EURO



FIDIBUS 21

FIDIBUS Classic



379,- EURO

229,- EURO



KoMo-Handmühle

## Top-Mühlen namhafter Hersteller

### KoMo

KoMo-Mühlen sind einfach in der Bedienung, leicht zu reinigen, klein genug für Miniküchen, groß genug für Familien und Profiköche, wohltuend leise, mit einer schonenden, aber effizienten Mahltechnik ausgestattet, exakt und leicht verstellbar und nachhaltig in der gesamten Produktionskette. Zudem bietet der Hersteller bis zu 12 Jahre Garantie auf seine Mühlen. In gleich 6 Farben sorgt leistungsfähige KoMoMio für Farbe in der Küche. Sie verfügt über einen 400-Watt-Motor. Die Die Getreidemühle FIDIBUS 21 misst gerade einmal 32 cm in der Höhe, hat aber dennoch einen 250 Watt leistenden Motor. Selbstschärfende Mahlsteine aus Korund-Keramik und ein kräftiger 360 Watt Industriemotor sind die Attribute der FIDIBUS Classic. Und wer ganz auf Strom verzichten möchte, für den ist die KoMo-Handmühle die richtige Wahl. ■

### KoMoMio



~~249,- EURO~~ 199,- EURO

### Hawos

Hier passt alles zusammen – von innen und außen: Die leichte Handhabung, das stufenlos einstellbare Mahlwerk, extrem harte Mahlsteine und ein starker 360-Watt-Motor sowie die Einstell-Skala aus massivem Messing. Die „Oktagon 1“ von Hawos punktet mit starker Leistung und guten Ergebnissen beim Mahlen von Getreide und Gewürzen. Selbst bei feiner Einstellung ist das Mahlgeräusch noch angenehm. Mit einem Corpus aus massivem, gedämpften Buchenholz ist sie ein Schmuckstück in handwerklicher Perfektion. Die Mühle ist auch glutenfrei eingemahlen lieferbar. ■



399,- EURO

199,- EURO



Mockmill 100

### Mockmill

Die Mockmill-Geräte erlauben jederzeit frisch gemahlenes Mehl. Sie überzeugen durch eine kinderleichte Bedienung, sind einfach zu reinigen und verfügen über Motoren mit 360 Watt (Mockmill 100) beziehungsweise 600 Watt Leistung (Mockmill 200). Der Mahlgrad kann stufenlos von sehr fein bis grob eingestellt werden. Die Mahlleistung der Mockmill 100 liegt bei rund 100 Gramm Weichweizen pro Minute, das 200er-Modell schafft erwartungsgemäß die doppelte Menge. Dafür sorgt jeweils ein robuster Industriemotor, der ein Mahlwerk aus Korund-Keramik-Mahlsteinen antreibt. Als Besonderheit besteht das innovative Gehäuse aus nachwachsenden Rohstoffen und die Mühlen werden komplett in Deutschland hergestellt. Der Hersteller gibt eine Garantie von 6 Jahren. Wer sehr große Mengen Getreide verarbeitet, für den ist die Mockmill Professional 100 oder die Professional 200 die richtige Wahl. Beide Mühlen sind für stundenlanges Mahlen ausgelegt. ■

Mockmill 200

279,- EURO



Mockmill Professional 200

499,- EURO

399,- EURO



Mockmill Professional 100

Bestellung: [www.brot-magazin.de/einkaufen](http://www.brot-magazin.de/einkaufen)

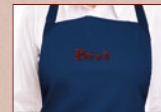
040/42 91 77-110

## Die BROTSchürze

Diese praktische Schürze wird aus zertifizierter Bio-Baumwolle in Portugal gemäß den strengen Richtlinien des Global Organic Textile

Standard (GOTS) gefertigt. In der gesamten Produktionskette werden die ökologischen und sozialen Vorschriften eingehalten – vom Weben der Stoffe über das Färben bis hin zur

Konfektion erfolgt in Portugal alles aus einer Hand. Das spart Transportwege und schont die Umwelt. Der Stoff ist hautfreundlich, atmungsaktiv, langlebig, pflegeleicht und knitterarm. Und dabei sieht die Schürze auch noch richtig gut aus mit ihrem schlichten, zeitlosen Design, dem geraden Halsausschnitt sowie Bändern aus Schürzenstoff. Sie ist etwa 80 Zentimeter breit, rund 86 Zentimeter lang und für häufiges Waschen bei 60 Grad geeignet. ■



Blaubeere



Ingwer

## BROTLeinen

Bäcker-Leinen gehört zur Grundausrüstung und ist von großem Nutzen. Darin ruhen Teiglinge für Baguettes, Ciabatta, Brötchen und Kleingebäcke, geschützt vor Austrocknung, unter optimalen Reifebedingungen. Das außerordentlich stabile Material (380g/qm) gibt ihnen dabei idealen Halt.

28,- EURO



Der Stoff muss vor der ersten Benutzung nicht gewaschen werden und auch später genügt es, Mehl und eventuelle Teigreste trocknen zu lassen und dann auszuklopfen. Die Maße: 60x150 cm. ■

### Info

Das Leinen ist ein durch und durch französisches Produkt. Nur beste Rohstoffe werden angebaut und gewebt in Frankreich, so tragen die Produkte auch das offizielle Siegel „Origine France Garantie“.

Hersteller ist ein junges französisches Unternehmen. 2016 stellten die Gründer fest, dass die Qualität von Bäcker-Leinen nachlässt, während die Preise steigen. Ihr Ziel war es, dem beste Qualität zu einem angemessenen Preis entgegenzusetzen.

Der 100-prozentige Leinen-Stoff kann kalt oder bei 30 Grad in der Maschine gewaschen werden – mit oder ohne Waschmittel, allerdings ohne Weichspüler.

## BROTKorb

Rustikal und gleichsam elegant präsentiert man Brot und Kleingebäck in diesem BROTKorb aus Leinen. So wird das Arbeitsmaterial zum Tisch-Schmuck.

Das Produkt sollte nicht gewaschen, sondern bei Bedarf nur sanft ausgebürstet werden. ■

29,- EURO



## BROTBeutel

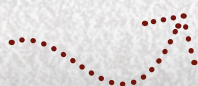
Leinen schützt Brot vor schneller Austrocknung und bietet ein ideales Klima für die Frischhaltung. Der Brotbeutel ist vorgewaschen, er ist also direkt benutzbar und wird bei erneutem Waschen nicht schrumpfen. Die Maße: 45x30 cm. ■

23,- EURO



Bestellung: [www.brot-magazin.de/einkaufen](http://www.brot-magazin.de/einkaufen)

040/42 91 77-110







18,50 EURO

**Bee's Wrap Baguette**  
33,5 x 66 cm



14,- EURO

**Bee's Wrap Sandwich**  
33 x 33 cm



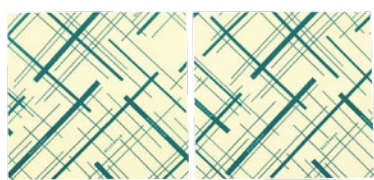
**Bee's Wrap 3er-Set Käse**  
25 x 27,5 cm

22,- EURO



26,- EURO

**Bee's Wrap Frühstückspause**



54,- EURO



### Natürliche Verpackung

Bee's Wrap wurde 2012 von Sarah Kaeck aus Vermont entwickelt. Als Mutter von drei Kindern, Hobby-Gärtnerin, Ziegen- und Hühnerhalterin stand sie vor der Frage: Wie kann ich Plastik in meiner Küche vermeiden? Sie brachte eine verlorene Tradition zurück, indem sie Baumwolle mit Bienenwachs, Jojoba-Öl und Baum-Harz behandelte und so eine waschbare und wiederverwendbare Alternative entwickelte.

Bee's Wrap ist eine innovative und zugleich ganz natürliche Art, Dinge zu verpacken und zu verschließen. Es handelt sich um Bio-Bauwolle (Global Organic Textile Standard zertifiziert), die mit Wachs aus nachhaltiger Bienenzucht getränkt wurde. Dabei kommen zudem Bio-Jojoba-Öl und Baumharz zum Einsatz. Bee's Wrap ist frei von Plastik, komplett recycle- und sogar kompostierbar.

Diese natürliche Folie eignet sich hervorragend zum Verpacken von Brot oder Käse, für das Pausenbrot, aber auch zum Verschließen von Schüsseln während der Teiggare sowie zur Frischhaltung im Kühlschrank. Sie passt sich jeweils der Form an und (um)schließt sie perfekt. Trotz des angenehmen Bienenwachs-Aromas gehen keine Gerüche auf die Lebensmittel über. Die Folie lässt sich einfach mit kaltem Wasser abwaschen und immer wieder verwenden. ■

**Bee's Wrap Sparpack:**  
zweimal 17,5 x 20 cm  
zweimal 25 x 27,5 cm  
zweimal 33 x 35 cm  
einmal 43 x 58 cm

23,- EURO



23,- EURO

**Bee's Wrap 3er Set medium**  
25 x 27,5 cm

**Bee's Wrap Starter-Set**  
einmal 17,5 x 20 cm  
einmal 25 x 27,5 cm  
einmal 33 x 35 cm

**Bee's Wrap Brot extra groß**  
43 x 58 cm



24,- EURO

**Bee's Wrap 3er Set groß**  
33 x 35 cm

18,50 EURO



**Bestellung: [www.brot-magazin.de/einkaufen](http://www.brot-magazin.de/einkaufen)**

**040/42 91 77-110**





15,- EURO

### Schneidbrett Buche

Das Holz für dieses Schneidbrett stammt aus PEFC-zertifiziert nachhaltiger Forstwirtschaft aus Österreich und wird mit der größten Sorgfalt ohne Leim verarbeitet. Es verfügt über ein Griffloch und misst 40 x 24 Zentimeter.



179,- EURO

### Der Gär-Automat

Mit dem faltbaren Gärautomaten und Slow-Cooker von Brod & Taylor gibt es eine semi-professionelle Lösung für den Hausgebrauch, um die Gärzeit eines Brotteigs exakt zu regulieren. Der Gärautomat sorgt zuverlässig und präzise für die richtige Temperatur bei der Gare von Hefeteig, Sauerteig, Joghurt oder Kefir. Schonende und gleichmäßige Strahlungswärme erwärmt die Zutaten. Im Gärmodus stehen mit dem digitalen Temperaturregler Einstellungen von 21°C bis 49°C

in 1°C-Schritten zu Verfügung (Im Slowcooker-Modus lassen sich 30°C bis 90°C in 5°C-Schritten einstellen). Für aufgehenden Brotteig kann die Luftfeuchtigkeit durch Verwendung des mitgelieferten Wasserbehälters (typische Luftfeuchtigkeit 60-80 %) erhöht werden. Der Automat ist platzsparend zu verstauen und mit wenigen Handgriffen gebrauchsfertig aufgebaut.

Das **Zusatzgitter-Set** verdoppelt die Kapazität des Brod & Taylor-



15,- EURO



30,- EURO

Gärautomaten ideal für das Gären von zwei Backblechen oder vier Brotkästen. Das Set besteht aus einem Edelstahl-Gestell mit zwei Aluminiumträgern. Maße des Gitters 31,2cm x 36,5cm.

**Zusätzliches Gärblech** für den Brod & Taylor Gärautomaten.



Bestellung: [www.brot-magazin.de/einkaufen](http://www.brot-magazin.de/einkaufen)

040/42 91 77-110



Griff: Kirsche mit BROT-Logo  
 Nieten: Aluminium  
 Klinge: carbon  
 Oberfläche: feingepließtet  
 Klingenlänge: ca. 182 mm  
 Gesamtlänge: ca. 305 mm



### BROMesser, Hamburger

Anders als die meisten Brotmesser hat dieses keinen Wellenschliff. Die Form hat ihren Ursprung im Alten Land. Es wurde vor allem genutzt, um das Brot direkt in der Hand – vor allem vor der Brust – zu schneiden. Daher die für eine Brotmesser relativ kurz Klinge, die aber absolut alltagstauglich ist und mit der auch große Laibe gut geschnitten werden können.

Ein weitere Besonderheit ist die Verwendung von nichtrostfreiem Carbonstahl. In Europa haben mittlerweile die rostfreien Messer die Carbonstahlmesser fast völlig verdrängt, obwohl diese an sich zum Schneiden besser geeignet sind. Aufgrund ihres reicheren Kohlenstoffgehaltes (bei uns über 0,8%) können sie höher gehärtet und damit dünner und schärfer geschliffen werden. Zudem sind sie langlebiger. 🍷



Griff: Kirsche mit BROT-Logo  
 Nieten: Aluminium  
 Klinge: rostfrei  
 Oberfläche: blaugepließtet  
 Klingenlänge: ca. 260 mm  
 Gesamtlänge: ca. 400 mm

### BROMesser, Ellenlang

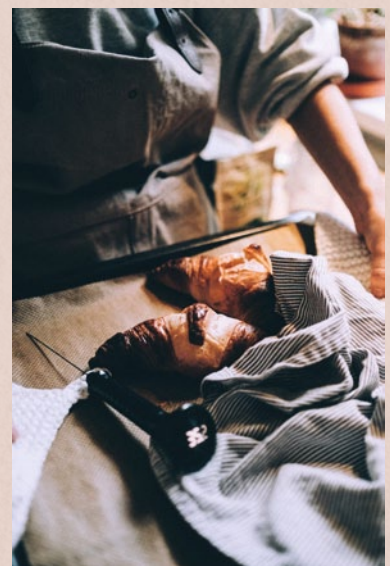
Mit einer Klingenlänge von 26 Zentimetern ist dieses wunderschöne BROMesser zum Schneiden von großen Landbrotten wie geschaffen. Nutzt man diese Länge richtig aus, schneidet man eine Scheibe schon mit zwei, maximal drei Mal Sägen vom Laib. Wie die meisten Windmühlen-Messer ist auch die Klinge vom „Ellenlang“ sorgsam von Hand blaugepließtet. Durch die so entstehende Glätte und Feinheit gleitet das Mes-

ser besonders leicht durch das Brot. Der Griff ist aus hochwertigem Kirschholz.

Die Brotsäge hat hoch geschliffene Wellenzähne in der Art des „Solinger Dünnschliffes“, die von Hand auspoliert werden. Das macht sie besonders scharf und ist maßgeblich wichtig für leichtes Schneiden auch härterer Brote. 🍷

### Küchenthermometer

Das hochwertige Küchenthermometer verfügt über einen extrem dünnen Fühler. Dadurch entstehen praktisch keinerlei Schäden oder Löcher bei der Messung der Kerntemperatur von Broten, Fleisch und anderen Lebensmitteln. Der Fühler hat einen Durchmesser von nur 1,2 mm. Damit ist das Thermometer auch perfekt für die Messung der Teig-Temperatur während der Bearbeitung und der Gare geeignet. Sehr schnelle und genaue Messung der Temperatur, großes, digitales Display. 🍷



# FLUFFY, DAS TOASTBROT

Toastbrot ist langweilig? Nein, das muss nicht sein – wie dieses Rezept beweist. Denn hier wird mit vielen Aromen gespielt und die Krume kommt locker-fluffig daher. Mit einer ganz feinen und fruchtigen Säure ist es auch ein toller Begleiter zum Abendessen und zwischendurch.



Rezept & Bild:  
Sylvia Richter



**Tipp**  
 Das italienische Tipo 0-Mehl lässt sich durch Weizenmehl 550 ersetzen. Dann sollte aber zunächst weniger Wasser verwendet und nur bei Bedarf zugegeben werden.

☉ Alle Zutaten für den Hauptteig – zunächst ohne die Butter – 10-15 Minuten langsam verkneten. Nach 8 Minuten die Butter in Stückchen nach und nach hinzugeben. Der Teig sollte sich fast vom Schüsselboden lösen. 60-90 Minuten bei Raumtemperatur ruhen lassen.

☉ Den Teig in zwei Teile zu jeweils 750 g abstechen, kurz vorsichtig kneten und jeweils zu einer Rolle formen. Jede Rolle in vier gleichlange Stücke teilen sodass insgesamt acht kurze teigrollen entstehen. Je vier Teigrollen mit der Schnittfläche zum Rand hin in eine gebutterte Kastenform (17 x 9 x 9 cm) setzen. Nochmal 60-90 Minuten gehen lassen.

☉ Die Form bei 220°C Ober-/Unterhitze in den vorgeheizten Ofen geben und 35-40 Minuten backen. Nach 10 Minuten die Temperatur auf 210°C reduzieren und fertigbacken. ■

Schwierigkeitsgrad:	★★☆
Getreide:	Weizen, Dinkel
Triebmittel:	Sauerteig, Hefewasser
Teigkonsistenz:	bindig
Zeit gesamt:	15-16,5 Stunden
Zeit am Backtag:	3-4,5 Stunden
Backzeit:	40 Minuten
Starttemperatur:	220°C
Backtemperatur:	210°C nach 10 Minuten
Schwaden:	nein

## Sauerteig

- ▶ 100 g Anstellgut (kalt)
- ▶ 50 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 50 g Altbrot (gemahlen)
- ▶ 150 g Wasser

Die Zutaten per Hand vermischen und 12 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur reifen lassen

## Hefewasser

- ▶ 150 g Hefewasser (inklusive pürierter Früchte, alternativ 75 g Wasser mit 75 g fein geriebenem Apfel und 1 g Frischhefe)
- ▶ 150 g Dinkelmehl Vollkorn

Die Zutaten per Hand vermischen und 12 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.


## Hauptteig\*

- ▶ Sauerteig
- ▶ Hefewasser
- ▶ 400 g Weizenmehl Tipo 0
- ▶ 100 g Hartweizenfeingrieß
- ▶ 200 g Kefir
- ▶ 60 g Butter
- ▶ 50 g Schlagsahne
- ▶ 1/2 Tasse Espresso (kalt)
- ▶ 12 g Salz

\*Ergibt zwei Toastbrote zu je 750 g

Rezept & Bilder: Tanja Schlund

 @schlundisworld

 /Schlundis.Blog

 www.schlundis.com

# LAUGENSCHNECKEN

Laugengebäck einmal ganz anders. Knuspriger Laugenteig trifft auf eine Füllung aus Schinken und Käse. Eine herzhafte Symbiose für einen leckeren Snack.

**Schwierigkeitsgrad:** ★★★

**Getreide:** Weizen

**Triebmittel:** Hefe

**Teigkonsistenz:** bindig

**Zeit gesamt:** 2 Stunden

**Zeit am Backtag:** 2 Stunden

**Backzeit:** 25 Minuten

**Starttemperatur:** 230°C

**Backtemperatur:** 190°C  
nach 15 Minuten

**Schwaden:** nein

## Teig\*

- ▶ 400 g Weizenmehl 550
- ▶ 200 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 30 g Butter
- ▶ 15 g Honig
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 10 g Frischhefe

### Füllung

- ▶ 200 g Kochschinken (gewürfelt)
- ▶ 200 g Käse (gewürfelt, zum Beispiel Gouda oder Edamer)
- ▶ 75 g Butterschmalz
- ▶ Hagelsalz

- ▶ Lauge

\*Ergibt 15 Schnecken

## HINWEIS

Beim Umgang mit der ätzenden Lauge sollte man einige Dinge beachten. So sind grundsätzlich Handschuhe und am besten sogar eine Schutzbrille zu tragen und man muss beim Laugen des Gebäcks aufpassen, dass es nicht spritzt. Sollte die Lauge mit der Haut in Berührung kommen, sofort mit Wasser abwaschen. Auch sollte man den Arbeitsbereich mit Papier oder Ähnlichem vor der Lauge schützen. Die Aufbewahrung der Lauge erfolgt am besten in der Originalverpackung oder einem geeigneten Kunststoffgefäß.

● Die Zutaten für den Teig in eine Kneteschüssel geben und 2 Minuten bei langsamer Geschwindigkeit vermischen. Anschließend auf schnellerer Stufe 6 Minuten kneten, bis ein geschmeidiger Teig entsteht.

● Den Teig in einer bemehlten Schüssel 30 Minuten bei Raumtemperatur zur Gare stellen. Der Teig sollte sein Volumen in dieser Zeit verdoppeln.

● Den Teig anschließend zu einem Rechteck von etwa 45 x 30 cm ausrollen und mit Butterschmalz bestreichen. Die Schinken- und Käsewürfel darauf verteilen und den Teig von der kurzen Seite her aufrollen.

● 2 cm dicke Scheiben abschneiden und auf ein Backblech setzen. Es sollten 15 Schnecken entstehen.

● Die Schnecken für etwa 20 Minuten in die Gefriertruhe stellen. Wenn sie angefroren sind, lassen sie sich besser laugen.

● In der Zeit die Lauge nach Anleitung zubereiten. Alternativ kann auch Natronlauge mit kochendem Wasser verwendet werden.

● Die Schnecken aus dem Froster holen, jede einzeln für 5 Sekunden in die Lauge legen und wieder aufs Backblech setzen. Wenn alle Schnecken gelaugt sind, mit Hagelsalz bestreuen. Die Schnecken weitere 20 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.

● Die Schnecken in den bei Ober-/Unterhitze auf 230°C vorgeheizten Ofen schieben und 15 Minuten anbacken. Dann die Temperatur auf 190°C reduzieren und 10 Minuten lang fertig backen. ■

## Tipp

Wer Lievito Madre hat, kann die Frischhefe auch weglassen und stattdessen 80-100 g frisch gefütterte Lievito Madre verwenden. Die Gehzeit könnte sich dadurch aber verlängern.



# Kochen mit Brot

Brot ist nicht nur pur oder mit Belag ein Genuss, es wird weltweit auch als Zutat beim Kochen verwendet. In manchen Fällen erlebt altes Brot auf diese Weise seinen zweiten Frühling, in anderen ergänzt Frischgebackenes die übrigen Zutaten und hebt das Geschmacks-Niveau.

Rezepte und Styling: Stevan Paul

Bilder: Andrea Thode

Semmelbrösel-  
Pfannkuchen  
„Hot Dog“



Fondue-  
Auflauf

Semmel-  
Schmarrn







# Semmelbrösel- Pfannkuchen „Hot Dog“

Für diese salzigen Pfannkuchen kommt anstelle von Mehl fein geriebenes Altbrot zum Einsatz. Das gibt eine schöne Würze. Später werden heißen Würstchen darin eingeschlagen und im Hot Dog-Style serviert. Das mögen garantiert nicht nur Kinder.

- Das Altbrot möglichst fein raspeln und reiben, mit Milch, Sahne und Eiern zu einem Teig verquirlen.
- Den Schnittlauch in Röllchen schneiden und unterrühren, den Teig leicht salzen.
- Eine beschichtete, mittlere Pfanne mit Öl ausstreichen, etwas Teig einfließen lassen, sodass der Boden der Pfanne bedeckt ist. 2–3 Minuten backen, den Pfannkuchen dann wenden und nochmals 1 Minuten backen.
- Auf diese Weise Vier Pfannkuchen backen.
- Schon gebackene Pfannkuchen im Ofen bei 60°C warmhalten.
- Nebenbei die Würstchen in Wasser erhitzen und heiß ziehen lassen.
- Je ein Würstchen mit Remoulade, Ketchup, Gurken und Röstzwiebeln auf einem Pfannkuchen anrichten, umklappen und sofort servieren. 🍴

## Zutaten (Für 4 Pfannkuchen)

- ▶ 70 g helles Altbrot
- ▶ 100 g Vollmilch
- ▶ 100 g Schlagsahne
- ▶ 2 Eier (M)
- ▶ etwas Schnittlauch
- ▶ Salz
- ▶ Öl
- ▶ 4 Wiener Würstchen
- ▶ Dänische Remoulade
- ▶ Ketchup
- ▶ Dänische Hot-Dog-Gurken
- ▶ Röstzwiebeln

## Zubereitungszeit



25 Minuten

# Fondue-Auflauf

Schweizer-Fondue-Mischung macht diesen Brotauflauf mit Tomate und Porree so cremig-käsigt und würzig. Dazu passen die typischen Fondue-Beilagen wie Bündnerfleisch und Sauergemüse.

## Zutaten

(Für 4 Personen)

- ▶ 2 Stangen Porree
- ▶ Salz
- ▶ 4 Tomaten
- ▶ 150 g Gruyère-Käse
- ▶ 8 Scheiben Altbrot
- ▶ Weißwein
- ▶ 1 Packung Fondue-Mischung (400g)
- ▶ 200 g Schmelzkäse
- ▶ 20 g Butter
- ▶ 80-120 g Bündnerfleisch
- ▶ Mixed Pickles aus dem Glas

● Porree in breitere Scheiben schneiden, gründlich waschen und in Salzwasser 2 Minuten kochen. Abgießen, kalt abschrecken und trocken ausdrücken.

● Tomaten in Scheiben schneiden, leicht salzen. Käse raspeln.

● Den Ofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

● Brot mit Weißwein besprenkeln.

● In einem beschichteten Topf das Käse-Fondue unter rühren erwärmen, Schmelzkäse unterrühren.

● Eine Auflaufform mit Butter austreichen, die Brotscheiben darin abwechselnd mit Fondue-Creme, Tomaten Porree und Reibekäse schichten.

● Im heißen Ofen 25 Minuten backen.

● Mit Bündnerfleisch und Sauergemüse servieren. 🍴



## Zubereitungszeit



25 Minuten



# Semmel-Schmarrn

Dieser „falsche“ Kaiserschmarrn gelingt luftiger als so manches Original in manchem Wirtshaus. Das Geheimnis liegt im Altbrot, das sich saftig mit süßer Milch vollsaugen darf, bevor es zum duftenden Finale in die Pfanne geht.

## Zutaten

(Für 4 Personen)

- ▶ 300 g altes Weißbrot (alternativ alte Brötchen)
- ▶ 500 g Milch
- ▶ 5 Eier (M)
- ▶ 1–2 TL Vanille flüssig oder aus der Mühle
- ▶ 1 Prise Zimtpulver
- ▶ 80 g Zucker
- ▶ Salz
- ▶ 50 g Mandelblättchen
- ▶ 250 g Heidelbeeren
- ▶ 25 g Heidelbeer-Konfitüre
- ▶ 4 EL ÖL

● Das Brot würfeln.

● Milch mit Eiern, Vanille, Zimt, Zucker und einer Prise Salz in einen Topf geben. Mit einem Schneebesen unter ständigem Rühren langsam erhitzen. Die Milch soll keinesfalls kochen.

● Sobald eine leicht schaumige Bindung erreicht ist (bei ca. 70°C), die Eiernmilch vom Herd nehmen und über die Brotwürfel gießen. Die Masse 30 Minuten ziehen lassen.

● Mandeln in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten.

● Die Hälfte der Heidelbeeren mit Heidelbeer-Konfitüre pürieren, die Sauce durch ein Sieb streichen.

● Öl in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen die Semmel-Schmarrn-Masse hineingeben und anbraten lassen. Mit einem Pfannenwender wenden, die Hitze etwas reduzieren, den Schmarrn dann 10–12 Minuten goldbraun braten.

● Schmarrn mit Mandeln bestreuen, mit Puderzucker bestäuben. Mit Blaubeersauce und den übrigen Blaubeeren servieren. ■



## Zubereitungszeit



20 Minuten

(+30 Minuten Ruhezeit für die Masse)



**Tipp**  
Die Semmel-Milch lässt sich mit einem Spritzer Stroh-Rum aromatisieren. Eine Himbeersauce funktioniert nach demselben Prinzip, nur mit Himbeeren und Himbeer-Konfitüre.


# KÜRBIS- KURKUMA-BROT





„Der Herbst ist der Frühling des Winters“ hat der französische Maler Henri de Toulouse-Lautrec einmal gesagt. So farbenfroh wie der Frühling ist auch dieses Brot. Das Kurkumagewürz intensiviert aber nicht nur die Farbe des gerösteten Kürbis im Sauerteig- Starter, er verleiht diesem Brot zugleich wahre Superkräfte, denn Kurkuma gilt als natürliches Antibiotikum.



Rezept & Bilder:  
Margarete Maria Preker

 @imagina\_von\_rosenberg

 /ImaginaVonRosenberg

 [www.brotpassion.de](http://www.brotpassion.de)

<b>Schwierigkeitsgrad:</b>	★★★
<b>Getreide:</b>	Dinkel
<b>Triebmittel:</b>	Sauerteig
<b>Teigkonsistenz:</b>	bindig
<b>Zeit gesamt:</b>	24 Stunden
<b>Zeit am Backtag:</b>	1 Stunde
<b>Backzeit:</b>	55 Minuten
<b>Starttemperatur:</b>	220°C
<b>Backtemperatur:</b>	200°C beim Einschließen
<b>Schwaden:</b>	beim Einschließen



☉ Alle Zutaten für den Hauptteig etwa 5 Minuten auf langsamer Stufe miteinander verkneten, bis der Teig leicht Blasen schlägt und sich vom Schüsselrand löst.

☉ Den Teig 2 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur reifen lassen, alle 30 Minuten dehnen und falten.

☉ Danach den Teig auf der bemehlten Arbeitsplatte 10 Minuten entspannen lassen, in die gewünschte Form bringen und mit dem Schluss nach oben in ein bemehltes Gärkorbchen legen, abgedeckt im Kühlschrank über Nacht 12 Stunden reifen lassen.

☉ Am nächsten Tag den Ofen auf 220°C vorheizen, Teigling einschneiden, bei 200°C in den Backofen schieben und kräftig schwaden, 55 Minuten backen. 🍴



## Quellstück

- ▶ 60 g Kürbiskerne
- ▶ 15 g Hanfsamen
- ▶ 75 g Wasser (zimmerwarm)

Die Kürbiskerne rösten, Hanfsamen rösten und leicht mörsern. Die Kerne und Samen mit Wasser übergießen und 8 Stunden quellen lassen.



## Kürbispüree

- ▶ 140 g Kürbis
- ▶ 200 g Wasser

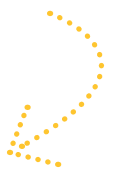
Den Kürbis im Ofen rösten. Dann mit dem Wasser pürieren.



## Sauerteig

- ▶ 40 g Kürbispüree
- ▶ 25 g Sauerteig „Marvin“ (siehe BROT-Ausgabe 5/2018)
- ▶ 40 g Dinkelmehl 630
- ▶ 50 g Dinkelmehl Vollkorn
- ▶ 7 g Kurkuma
- ▶ 3 g Honig
- ▶ 110 g Wasser (lauwarm)

Alle Zutaten verrühren und etwa 5 Stunden abgedeckt bei 28°C reifen lassen.



## Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Quellstück
- ▶ 420 g Dinkelmehl 630
- ▶ 75 g Dinkelmehl Vollkorn
- ▶ 300 g Kürbispüree
- ▶ 7 g Honig
- ▶ 12 g Salz




Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	Roggen, Weizen, Dinkel
Triebmittel:	Sauerteig, Hefe
Teigkonsistenz:	mittelfest
Zeit gesamt:	21 Stunden
Zeit am Backtag:	3 Stunden
Backzeit:	50 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	200°C nach 15 Minuten
Schwaden:	beim Einschießen

# VOLLKORN KRUSTE

Dieses Brot ist etwas für Vollkornliebhaberinnen. Rustikal mit krachender Kruste und schöner, nicht zu dichter Krume. Ein Brot, das man als Alltagsbrot bezeichnen könnte. Durch den Sauerteig erhält es eine leicht säuerliche Note, die aber nicht zu aufdringlich ist.

Rezept & Bilder: Samuel Kargl

 [www.samskitchen.at](http://www.samskitchen.at)

## Sauerteig

- ▶ 150 g Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 140 g Wasser (Raumtemperatur)
- ▶ 20 g Anstellgut

Die Zutaten gut vermischen und bei Raumtemperatur etwa 18 Stunden abgedeckt reifen lassen.

## Brühstück

- ▶ 30 g Altbrot (getrocknet und gemahlen)
- ▶ 100 g Wasser (kochend)

Das Altbrot mit dem kochenden Wasser übergießen, etwa 5 Stunden abgedeckt quellen lassen.

## Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Brühstück
- ▶ 150 g Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 100 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 100 g Dinkelmehl Vollkorn
- ▶ 180 g Wasser (warm)
- ▶ 11 g Salz
- ▶ 5 g Brotgewürz (optional)
- ▶ 4 g Frischhefe

☉ Alle Zutaten vermischen und dann erst 6 Minuten langsam und danach 1 Minute schneller kneten. Anschließend den Teig 30 Minuten bei Raumtemperatur zur Gare stellen.

☉ Den Teig rundformen und mit Schluss nach unten in ein gut bemehltes Gärkörbchen legen. Nochmals 90 Minuten bei Raumtemperatur zur Gare stellen.

☉ Rechtzeitig den Ofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Brot in den Ofen einschießen, leicht schwaden und 15 Minuten bei 250°C, danach weitere 35 Minuten bei 200°C backen. Das Brot sollte schön dunkel ausgebacken werden. ■





# THUNFISCH-FRÜHLINGSZWIEBEL- AUFSTRICH

Rezept & Bild: Gerda Götting

Für jede Jahreszeit gibt es leckere Brotaufstriche. Diese würzige Variante schmeckt aber ganzjährig gut, zum Winterfrühstück wie zur sommerlichen Grillparty. Die eher als Nebendarsteller bekannten Frühlingszwiebeln avancieren in Kombination mit Thunfisch und Ei zu den Hauptdarstellern bei diesem deftigen Brotbelag.

- Den Thunfisch in einem Sieb gut abtropfen lassen, dann mit einer Gabel zerdrücken.
- Die Eier pellen und in kleine Würfel schneiden.
- Die Frühlingszwiebeln waschen und in dünne Ringe schneiden.
- Die Paprikaschote waschen, entkernen und in kleine Stücke schneiden.
- Alles miteinander vermischen, mit Paprikapulver, Pfeffer, Chili und Salz gut abschmecken. Mit Frühlingszwiebeln und Chili-Salz nach Geschmack dekorieren. 🍴

## Zutaten

- ▶ 195 g Thunfisch (im eigenen Saft)
- ▶ 100 g Frischkäse (alternativ Mayonnaise oder Remoulade)
- ▶ 3 Eier (hartgekocht)
- ▶ 1/2 Bund Frühlingszwiebeln
- ▶ 1/2 Paprikaschote (rot)
- ▶ Pfeffer (schwarz, frisch gemahlen)
- ▶ Paprikapulver
- ▶ Chilli
- ▶ Salz



# Zutaten

- ▶ 250 g Weizenmehl T55 (alternativ Weizenmehl 550)
- ▶ 250 g Weizenmehl T65 (alternativ Weizenmehl 550)
- ▶ 125 g Butter (kühl, aber weich)
- ▶ 110 g Milch (kalt)
- ▶ 3 Eier (Größe M)
- ▶ 60 g Zucker
- ▶ 20 g Frischhefe
- ▶ 10 g Salz

## Zum Tourieren

- ▶ 250 g Butter (mindestens 82 % Fett, gekühlt)

## Zum Bestreichen

- ▶ 50 g Zucker
- ▶ 50 g Wasser

# BRIOCHE FEUILLETÉE



Tipp

Bei der doppelten Tour wird der Teig insgesamt dreimal gefaltet. Dazu zunächst den unteren Teil des Teigs von der langen Seite her etwas über die Mittellinie hinaus falten. Danach den oberen Teil des Teigs so zur Mitte falten, dass er mit dem anderen Teigende abschließt. Nun die obere Teighälfte über die untere klappen. Das fertige Teigpaket sieht wie ein Buch aus.



Bei diesem Rezept trifft saftige Brioche auf Blätterteig. Der Briocheteig wird mit Butter zu vielen Schichten touriert. Der Geschmack ähnelt dem von Croissants, jedoch ist die Textur viel weicher und geschmeidiger. Die Fermentation des Teiges über Nacht bringt zusätzlich eine Menge Aroma mit sich. Das Ergebnis ist eine locker-luftige Brioche für Genießer.

**Schwierigkeitsgrad:** ★★★

**Getreide:** Weizen

**Triebmittel:** Hefe

**Teigkonsistenz:** fest

**Zeit gesamt:** 16-18 Stunden

**Zeit am Backtag:** 5 Stunden

**Backzeit:** 25 Minuten

**Starttemperatur:** 160°C

**Backtemperatur:** 160°C

**Schwaden:** nein

☉ Alle Zutaten für den Teig, außer Butter und Salz, für etwa 10 Minuten bei langsamer Geschwindigkeit kneten. Dann das Salz hinzugeben und für 5-10 Minuten bei schnellerer Geschwindigkeit zu einem festen Teig auskneten. Dabei nach und nach die Butter in Stücken hinzugeben und vollständig einkneten lassen.

☉ Den Teig rund formen und 30 Minuten entspannen lassen. Danach flach drücken und gut verpackt für 10-12 Stunden im Kühlschrank zur Gare stellen. Der Teig geht dabei nur wenig auf.

☉ Die Butter zum Tourieren bei Raumtemperatur etwas weicher werden lassen. In Butter- oder Backpapier einschlagen und gleichmäßig dick auf eine Größe von etwa 20 x 20 cm ausrollen. Danach im Kühlschrank fest werden lassen.



1) Die kalte aber weiche Butter wird auf den ausgerollten Teig gelegt. 2+3) Der Teig wird anschließend einmal komplett um die Butter geschlagen. 4) Das Butter-Teig-Paket wird nun unter mehrmaligem Wenden ausgerollt. 5) Danach erfolgt das Falten der doppelten Tour (siehe Tipp)

☉ Für das gleichmäßige Ausrollen am Backtag ist es wichtig, dass Teig und Butter eine ähnliche Temperatur haben. Die Butter darf dabei ein Hauch fester sein, als der Teig. Als ideal gelten hier 12-14°C. Zum Tourieren Butterplatte und Teig etwa 30 Minuten vorher aus dem Kühlschrank nehmen.

☉ Den Teig etwa doppelt so groß, wie die Butterplatte ausrollen. Die Butterplatte mittig auf den Teig legen und leicht andrücken. Mit dem Teig einschlagen und an den offenen Seiten die Teigenden fest zusammendrücken, damit die Butter später beim Tourieren nicht herausgedrückt wird.

☉ Auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche mit gleichmäßigem Druck der Länge nach auf zirka 6-8 mm Höhe ausrollen. Für ein gleichmäßiges Tourierergebnis empfiehlt es sich hierbei, das Teigpaket mehrmals zu drehen und zu wenden. Eine doppelte Tour (siehe Tipp) falten, sodass vier Schichten übereinander liegen. Teig in Folie verpackt für 30 Minuten in den Kühlschrank geben.

☉ Erneut länglich ausrollen, diesmal auf eine Dicke von zirka 6-7 mm, und eine doppelte Tour (siehe Tipp) falten, sodass vier Schichten übereinander liegen. Den Teig in Folie verpackt für 60 Minuten in den Kühlschrank geben.

☉ Beim letzten Ausrollen wird der Teig zirka 5 mm dünn auf ungefähr 21 x 40 cm ausgerollt. Dann in drei lange Teigbänder von 7 x 40 cm schneiden und mit der Schnittkante nach oben zickzack-förmig in drei gefettete Kastenformen (18 x 10 cm) legen. Für etwa 2 Stunden bei 25-27°C zur Gare stellen.

☉ Den Backofen rechtzeitig auf 160°C Umluft vorheizen. Die Brioche feuilletés dann für 25 Minuten backen.

☉ Während der Backzeit aus dem Wasser und dem Zucker einen Sirup zum Bestreichen kochen. Dazu unter ständigem Rühren solange erhitzen, bis sich der Zucker aufgelöst hat und der Sirup klar ist. Auf etwa 30°C abkühlen lassen und die Brioche feuilletés unmittelbar nach dem Backen aus der Form lösen und damit bestreichen. 🍯



Rezept & Bilder: Sonja Bauer

 @cookieundco

 /cookieundco.de

 www.cookieundco.de




Die Maniok-Pflanze in der **glutenfreien Küche**


# Exotische Wurzel

Wer glutenfrei backt, wird schnell eine Menge Mehle kennen lernen, die kein Gluten enthalten und alle unterschiedliche Eigenschaften haben. Immer wieder liest man in Rezepten – gerade aus dem Paleo-Bereich – die Zutaten Tapioka, Maniok, Cassava, Yucca oder Gari. Doch was ist das überhaupt und worin unterscheiden sie sich?



Rezept & Bilder: Julia Stüber

 @essenmitgefuehl

 [www.essen-mit-gefuehl.de](http://www.essen-mit-gefuehl.de)



*Gari (oben links) hat eine ähnliche Konsistenz wie Sägespäne, Maniokmehl (rechts) ist mit Weizenmehl vergleichbar und die Tapiokastärke wird oft in Kügelchenform verkauft*

**M**aniok als Grundpflanze ist im deutschsprachigen Raum weitgehend unbekannt, obwohl es sich um eine der wichtigsten Nahrungspflanzen der Welt handelt. Ursprünglich aus Südamerika stammend, wird Maniok mittlerweile in großen Teilen der Tropen kultiviert. Rund 300 Millionen Tonnen betrug die Ernte 2017. Zum Vergleich: 390 Millionen Tonnen Kartoffeln waren es im selben Jahr.

Die Maniok-Pflanze ist im Anbau relativ anspruchslos. Sie kommt selbst mit kargen und sauren Böden sowie Trockenheit klar und ist gegen viele Krankheiten resistent. Außerdem kann sie das ganze Jahr über geerntet werden. Wenn die Wurzel im Boden bleibt, während die Blätter geerntet werden, hält sie sich über mehrere Monate, sodass die Bauern einen regelrechten Vorrat anlegen können.

Die frisch geernteten Wurzeln können eine Länge von bis zu 1 Meter und ein Gewicht von bis zu 2,5 Kilogramm erreichen. Nach der Ernte müssen sie sofort weiterverarbeitet beziehungsweise tiefgekühlt oder mit einer Schutzschicht überzogen werden, da sie innerhalb von 48 bis 72 Stunden verderben. Bis auf wenige Sorten enthalten die Wurzeln giftige Blausäure, die sich jedoch bereits bei Raumtemperatur durch Ausgasen verflüchtigt. Ein Prozess, der durch das bei der Zubereitung übliche Zerkleinern der Wurzelknolle noch beschleunigt wird. Die ungiftigen Sorten sind süßer und meistens auch



**Fufu ist ein Brei aus Maniok-Wurzeln, der in der westafrikanischen Küche zu scharfen Suppen gereicht wird**



die, die man in asiatischen Supermärkten tiefgekühlt oder frisch findet. Die Rinde der Wurzel ist nicht essbar.

Um die Wurzel genießbar zu machen, wird sie gekocht, eingeweicht, gemahlen, getrocknet, gedämpft, geröstet oder fermentiert – je nach Land und gewünschtem Produkt. Außerdem lässt sich die enthaltene Stärke extrahieren, wobei sich allerdings die Zusammensetzung der Nährstoffe verändert. Im Rohzustand enthält die Wurzel je nach Sorte, Alter, Boden und Klima im Durchschnitt 60-65 Prozent Wasser, 30-35 Prozent Kohlenhydrate, 1-2 Prozent Proteine, 0,2-0,35 Prozent Fette und etwa 1 Prozent Mineralstoffe.



*Aus Maniokwurzeln lassen sich auch Pommes herstellen*

Die hierzulande am häufigsten vorzufindenden Formen von Maniok sind Tapiokastärke und Maniokmehl. Aber auch Gari wird zunehmend bekannter. Die verschiedenen Verarbeitungsformen haben – wie üblich für Stärke – einen hohen Kohlenhydratanteil. Bei Maniokmehl sind es rund 87 Gramm pro 100 Gramm, bei Gari 89 Gramm pro 100 Gramm und bei Tapioka sogar 90 Gramm pro 100 Gramm.

Auch die Blätter der Maniok-Pflanze lassen sich für Nahrungsmittel nutzen. Sie sind jedoch, genau wie die rohen Wurzeln, hierzulande kaum in Geschäften zu finden.



Die Maniok-Wurzeln erinnern nach der Ernte an Kartoffeln. Doch sie müssen innerhalb von 48 bis 72 Stunden weiterverarbeitet werden, da sie sonst verderben

### Maniokmehl

Für das Maniokmehl – auch als Cassava bezeichnet – werden die Wurzeln der Tapioka-Pflanze geschält, zerrieben beziehungsweise geraspelt und mehrere Tage lang eingeweicht. Dann wird die Masse ausgepresst, gewaschen, im Ofen geröstet und gemahlen. Das Mehl hat eine ähnliche Konsistenz wie Weizenmehl, ist aber glutenfrei. Die Backeigenschaften kommen denen von Weizenmehl relativ nahe, weshalb es mit leichten Anpassungen ein geeigneter Ersatz sein kann. Durch den hohen Stärkegehalt sorgt Maniokmehl für eine gute Bindung des Teigs und hat damit gegenüber anderen glutenfreien Mehlen Vorteile beim Backen.

Doch nicht nur für Brote eignete sich Maniokmehl. Man kann es auch sehr gut als glutenfreies Paniermehl nutzen. Dann darf die Hitze in der Pfanne allerdings nicht zu hoch sein, da Maniokmehl

wesentlich schneller anbrennt. Auch als Bindemittel für Suppen oder Eintöpfe lässt sich das Wurzelmehl sehr gut nutzen. In Brasilien wird Maniokmehl als „Farinha“ angeboten, die gebackene Variante heißt „Farofa“. Beides sind in Brasilien weit verbreitete Zutaten, die in vielen traditionellen Rezepten genutzt werden.

## Tapioka

Tapioka – auf Brasilianisch „Polviho“ – ist reine Stärke, die als Nebenprodukt bei der Herstellung von Maniokmehl abfällt. Es hat die Konsistenz von Puderzucker, wird aber auch in Form von kleinen Kügelchen angeboten. Tapioka eignet sich für alle Gerichte, in denen Stärke benötigt wird, zum Beispiel in Puddings oder brasilianischen Pfannkuchen. In Broten sorgt die Stärke für eine gute Teigbindung, gerade wenn Mehle zum Einsatz kommen, die sich von Natur aus nicht gut verbinden. Tapiokastärke sorgt somit für eine gewisse Grundstabilität des Teigs. Auch in Bubble Tea kommen Tapioka-Kügelchen zum Einsatz.

## Gari

Besonders in Westafrika ist Gari sehr bekannt. Für die Herstellung werden die Maniokwurzeln geerntet, geschält, gewaschen, dann vermahlen und in Säcke gepackt. Diese Säcke bleiben ein paar Tage stehen, wodurch eine spontane Fermentation in dem Brei stattfindet. Anschließend wird der Brei in sehr heißen Pfannen und unter ständigem Wenden erhitzt, bis sich der Wassergehalt auf etwa 10 Prozent reduziert hat. Das zerbröselte Endprodukt hat ein wenig Ähnlichkeit mit Sägespänen. Aus Gari wird in Afrika der traditionelle Eba-Brei hergestellt, der – zu kleinen Bällchen gerollt – dann mit Suppe gegessen wird. In der heimischen Backstube ist es vor allem für Kekse eine geeignete Zutat. Es hat ähnliche Backeigenschaften wie Maniokmehl, ist nur gröber.

## Fufu

In Westeuropa ebenfalls eher unbekannt ist Fufu – oder Fufou –, wobei es sich um eine sehr verbreitete Maniokvariante handelt. Dafür werden die Maniokwurzeln geschält, gewaschen, in grobe Stücke geschnitten und für 4-5 Tage gewässert. Ein Teil der enthaltenen Blausäure wird dadurch ausgewaschen und die Wurzeln weichen ein. Danach geht es ans Zerkleinern der Wurzelstücke, die anschließend durch ein Sieb gepresst werden. Zurück bleibt eine Paste mit der Stärke, die nun mehrere Stunden Zeit bekommt, sich abzusetzen. Diese abgesetzte Masse wird als Fufu bezeichnet. Sie wird gepresst und etwa 30 Minuten gekocht. Als letzten Schritt wird die Masse zu einer Paste zerstampft. Auch sie lässt sich in der glutenfreien Küche vielfältig einsetzen – zum Beispiel zum Brotbacken. Fufu wird entweder pur genutzt oder mit dem Mehl von grünen Kochbananen vermischt. In der westafrikanischen Küche kocht man einen Brei daraus, der zu scharfen Suppen gereicht wird.

Die verschiedenen Maniok-Varianten findet man meist in asiatischen oder afrikanischen Supermärkten. In gut sortierten Lebensmittelgeschäften lassen sich auch frische und tiefgekühlte Maniok-Wurzeln entdecken – meistens unter der Bezeichnung „Yucca“. Die rohen Wurzeln haben ähnliche Eigenschaften wie Kartoffeln und lassen sich zum Beispiel gut zu Pommes Frites verarbeiten. 🌱



Nicht nur die Wurzeln der Maniok-Pflanze lassen sich zu Nahrungsmitteln verarbeiten, sondern auch die Blätter



Die Tapiokastärke-Kügelchen kommen auch in Bubble-Tea zum Einsatz



Maniokmehl lässt sich bei glutenfreien Broten ähnlich wie Weizenmehl nutzen. Anders als viele andere glutenfreie Mehle sorgt es für eine gute Teigbindung

# PÃO DE QUEIJO


## Zutaten


- ▶ 170 g Tapiokastärke
- ▶ 100 g Milch
- ▶ 70 g Käse (gerieben)
- ▶ 50 g Olivenöl
- ▶ 1 Ei (Größe L, Raumtemperatur)

### Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	glutenfrei
Triebmittel:	keins
Teigkonsistenz:	flüssig
Zeit gesamt:	20-30 Minuten
Zeit am Backtag:	20-30 Minuten
Backzeit:	12-15 Minuten
Starttemperatur:	180°C
Backtemperatur:	180°C
Schwaden:	nein

Rezept & Bild: Julia Stüber

 @essenmitgefuehl

 www.essen-mit-gefuehl.de

Die Pão De Queijo sind brasilianische Käsebrötchen, deren Basis traditionell Tapiokastärke ist. Dadurch sind die herzhaften Snackbällchen von Natur aus glutenfrei. Sie schmecken am besten frisch als Begleitung zu einer Hauptspeise oder einem Glas Rotwein. Wer eine italienische Note möchte, gibt Rosmarin und Thymian dazu.

- 🟢 Den Backofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- 🟢 Eine Mini-Muffinform mit ein wenig Olivenöl bestreichen.
- 🟢 Alle Zutaten, bis auf den Käse, in eine Schüssel geben und gründlich verrühren. Danach den Käse dazugeben und sorgfältig unterrühren.
- 🟢 Den Teig zügig in die Muffinform geben, dabei nach oben 0,5 Zentimeter Platz lassen. Währenddessen immer mal wieder umrühren, da sich die Stärke und der Käse sonst am Boden festsetzen.
- 🟢 Im Ofen 12-15 Minuten backen, bis die Brötchen schön aufgegangen und goldbraun sind. 🟩








Rezept & Bild: Nadine Metz

 @glutenfreibackennadine

 /glutenfreibackennadine

 glutenfrei backen mit Nadine

# ZWIEBELBROT

Wenn man mal wieder richtig Lust auf eine herzhafte Brotzeit bekommt, ist dieses Zwiebelbrot genau das Richtige. Mit seiner knusprigen Kruste und der saftigen Krume schmeckt es selbst ohne Belag noch warm aus dem Ofen oder mit Butter bestrichen einfach nur köstlich.

**Schwierigkeitsgrad:** ★★★☆☆

**Getreide:** glutenfrei

**Triebmittel:** Hefe

**Teigkonsistenz:** klebrig

**Zeit gesamt:** 3 Stunden


**Zeit am Backtag:** 3 Stunden


**Backzeit:** 65 Minuten


**Starttemperatur:** 230°C



**Backtemperatur:** 230°C

**Schwaden:** nein

 Die trockenen Zutaten in einer Schüssel kurz vermengen.

 Dann mit dem Essig und den gebratenen Zwiebelwürfeln zum Hefegemisch geben und 4 Minuten lang kräftig kneten.

 Den Teig in eine gefettete Kastenform (30 cm) geben und für 90 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen.

 Danach den Teig etwas einschneiden und im vorgeheizten Backofen bei Ober-/Unterhitze im untersten Einschub bei 230°C 65 Minuten lang backen. 

## Hefegemisch

▶ 620 g Wasser (lauwarm)

▶ 10 g Honig

▶ 10 g Frischhefe

Alle Zutaten miteinander verrühren. Danach kann das Hefegemisch direkt im Hauptteig weiterverarbeitet werden.

## Zwiebeln

▶ 500 g Zwiebeln

▶ 30 g Öl

Die Zwiebeln schälen, fein würfeln und mit dem Öl in einer Pfanne etwa 10 Minuten leicht braun anbraten. Danach abkühlen lassen.

## Hauptteig

▶ Hefegemisch

▶ Zwiebeln

▶ 250 g Vollkornreismehl

▶ 150 g Hirsemehl

▶ 50 g Buchweizenmehl

▶ 30 g Flohsamenschalen (gemahlen)

▶ 20 g Leinsamen (gemahlen)

▶ 20 g Apfelessig

▶ 10 g Salz

# QUINOA-SCONES MIT ROSINEN

Schwierigkeitsgrad: ★☆☆

Getreide: glutenfrei

Triebmittel: Backpulver, Natron

Teigkonsistenz: weich, glatt

Zeit gesamt: 45 Minuten

Zeit am Backtag: 45 Minuten

Backzeit: 20 Minuten

Starttemperatur: 180°C

Backtemperatur: 180°C

Schwaden: nein

Scones essen die Briten gerne zum Nachmittagstee. Aber auch zum Kaffee oder als süßes Frühstück passt dieses Gebäck perfekt. Die lockeren, glutenfreien Quinoa-Scones mit Rosinen sind einfach gemacht und schmecken am besten frisch aus dem Ofen oder kurz aufgetoastet und mit ein wenig Butter bestrichen.



## Tipp

Wer keine Rosinen mag, kann diese auch durch getrocknete Cranberries ersetzen.

## Zutaten\*

- ▶ 100 g Reismehl
- ▶ 60 g Sojamehl
- ▶ 40 g Quinoamehl
- ▶ 60 g Maisstärke
- ▶ 100 g Wasser
- ▶ 130 g Joghurt
- ▶ 80 g Rosinen
- ▶ 50 g Zucker (braun)
- ▶ 40 g Butter (zerlassen)
- ▶ 5 g Flohsamenschalen (gemahlene)
- ▶ 4 g Backpulver
- ▶ 2 g Natron
- ▶ 2 g Salz
- ▶ 2 g Zimt
- ▶ 1 g Muskat

### Zum Bestreuen

- ▶ Milch
- ▶ 2 g Zucker

\* Ergibt 6-8 Scones

Rezept & Bilder: Yvonne Buschhaus

@glutenfrei\_frollein

/glutenfreifrollein

www.glutenfrei-frollein.de

☉ Den Ofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

☉ In einer Schüssel alle trockenen Zutaten vermischen. Anschließend die zerlassene Butter, den Joghurt und das Wasser dazugeben. Alles zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten.

☉ Danach den Teig auf eine mit glutemfreien Mehl bestreute Unterlage geben und etwa 1,5 cm dick ausrollen oder mit den Händen zu einer glatten Fläche drücken.



☉ Aus dem Teig 7 cm große Kreise ausstechen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech geben. Die Teiglinge mit Milch bestreichen und mit etwas Zucker bestreuen.

☉ Das Blech in den Ofen schieben und 18-20 Minuten backen. 🍴



### Tipp

Die Zimtflakes lassen sich prima auch durch Chocolate Chunks oder Rosinen ersetzen.

# ZIMT- BRÖTCHEN

## Vorteig

- ▶ 100 g Vollkornreismehl
- ▶ 100 g Wasser
- ▶ 1 g Frischhefe

Das Mehl und die Hefe im Wasser auflösen.

8-12 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen.

## Hauptteig\*

- ▶ Vorteig
- ▶ 200 g Mehlmischung
- ▶ 50 g Kartoffelmehl
- ▶ 10 g Goldleinsamenmehl
- ▶ 150 g Milch
- ▶ 90 g Zimtflakes
- ▶ 50 g Joghurt
- ▶ 40 g Butter
- ▶ 30 g Lievito Madre (kalt, optional)
- ▶ 30 g Zucker
- ▶ 10 g gemahlene Flohsamenschalen
- ▶ 6 g Frischhefe
- ▶ 5 g Salz
- ▶ 1 Ei

Zum Bestreichen

- ▶ 1 Ei
- ▶ 100 g Milch
- ▶ Wasser
- ▶ Zucker

\*Ergibt 9 Stück

Rezept & Bild: Daniela Kanka

 @zottenglueck\_

 /zottenglueck

 zottenglueck.blogspot.de

Auch ein glutenfreies Hefengebäck kann saftig und locker werden. Das beweisen diese schmackhaften Zimtbrötchen, die dank des lange reifenden Vorteiges mit wenig Hefe auskommen. So steht einem leckeren Frühstück mit frisch gebackenen Zimtbrötchen nichts mehr im Weg.

☉ Alle Zutaten, bis auf die Zimtflakes, 5 Minuten auf langsamer Stufe vermischen. Anschließend weitere 3 Minuten auf schnellerer Stufe auskneten, bis sich der Teig komplett von der Schüssel löst und bindig ist. Zum Schluss kurz die Zimtflakes untermengen.

☉ Den Teig auf eine leicht bemehlte Unterlage geben, rundformen und neun etwa 100 g schwere Teiglinge abstechen. Zu Brötchen formen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen.

☉ Mit einem Leinentuch 90 Minuten abgedeckt gehen lassen.

☉ Den Ofen auf 220°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

☉ Nach Bedarf die Brötchen noch mit einem Gemisch aus Ei und Milch bestreichen und unter schwaden in den Ofen geben. Nach 2 Minuten die Temperatur auf 200°C reduzieren und weitere 23 Minuten ausbacken.

☉ Nach dem Backen leicht mit Wasser bepinseln und in Zucker wälzen. ■

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	glutenfrei
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	weich, bindig
Zeit gesamt:	15 Stunden
Zeit am Backtag:	2,5 Stunden
Backzeit:	25 Minuten
Starttemperatur:	220°C
Backtemperatur:	200°C
	nach 2 Minuten
Schwaden:	beim Einschließen





# Zutaten

- ▶ 200 g Roggenmehl 1370
- ▶ 200 g Weizenmehl 550
- ▶ 200 g Weizenmehl 1050
- ▶ 440 g Wasser (eiskalt)
- ▶ 12 g Frischhefe
- ▶ 12 g Honig
- ▶ 12 g Salz

Auch innerhalb von 3 Stunden lässt sich ein leckeres Brot auf den Tisch bringen, das mit vollem Aroma überzeugt. Die leichte Süße, die bei langer Teigreife ganz automatisch in den Teig kommt, wird hier mit einem Schuss Honig erzielt. Den kann man auch weglassen. Das tut dem herrlichen Geschmack keinen Abbruch.

● Die Zutaten 5 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann etwa 9 Minuten auf schnellerer Stufe kneten.

● Den Teig 30 Minuten nachquellen lassen, dann zu einem Laib formen und mit Schluss nach unten im gut bemehlten Gärkorb 60 Minuten gehen lassen.

● Den Teigling bei 250°C Ober-/Unterhitze mit Schwaden in den gut vorgeheizten Backofen geben.

● Nach 10 Minuten den Dampf abziehen lassen und die Temperatur auf 220°C senken, weitere 35 Minuten zuende backen. 🍴

Rezept: Sebastian Marquardt  
Bild: Jan Schnare

## Tipp

Eine Version dieses aromatischen Brotes mit langer Teigreife findest Du auf Seite 48.

# Schneller Mische



Für Einsteiger  
geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	Weizen, Roggen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	bindig
Zeit gesamt:	3 Stunden
Zeit am Backtag:	3 Stunden
Backzeit:	45 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	230°C
Schwaden:	Beim Einschießen, nach 10 Minuten ablassen

## Vorteig

- ▶ 140 g Dinkelmehl Vollkorn
- ▶ 70 g Wasser (kalt)
- ▶ 1 g Frischhefe

Die Zutaten verkneten und abgedeckt 14 bis 16 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

## Mehlkochstück

- ▶ 20 g Dinkelmehl Vollkorn
- ▶ 100 g Wasser
- ▶ 12 g Salz

Die Zutaten unter Rühren aufkochen, bis eine Puddingartige Masse entsteht. Das Mehlkochstück abgedeckt 4-12 Stunden abkühlen lassen.

## Schmalzmasse

- ▶ 50 g Gänseschmalz
- ▶ 2 Äpfel (klein bis mittelgroß)

Die Äpfel würfeln, das Schmalz erhitzen und die Äpfel kurz darin anbraten. Dann die Masse abgedeckt 4-12 Stunden abkühlen lassen.

## Hauptteig\*


- ▶ Vorteig
- ▶ Mehlkochstück
- ▶ Schmalzmasse
- ▶ 390 g Dinkelmehl 630
- ▶ 290 g Wasser
- ▶ 3,5 g Frischhefe
- ▶ Sesam

\*Ergibt 9 bis 10 Seelen

Text & Bilder:  
Ben Bembnista

 @brotpoet

 /brotpoet

 www.brotpoet.de

# GÄNSESCHMALZ-DINKEL-SEELEN

Wer sich fragt, was man mit dem ganzen Fett machen kann, das aus der Weihnachtsgans heraustritt, findet mit diesem Rezept die Antwort. Aus der Kombination von Schmalz, Apfel, Sesam und Dinkelvollkornmehl entstehen milde, süßlich-herbe, zart-nussige Seelen, die saftig, wattig-weich und absolut köstlich sind.

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆☆

Getreide: Dinkel

Triebmittel: Hefe

Teigkonsistenz: homogen, weich

Zeit gesamt: 26 Stunden

Zeit am Backtag: 1,5 Stunden

Backzeit: 18 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 250°C

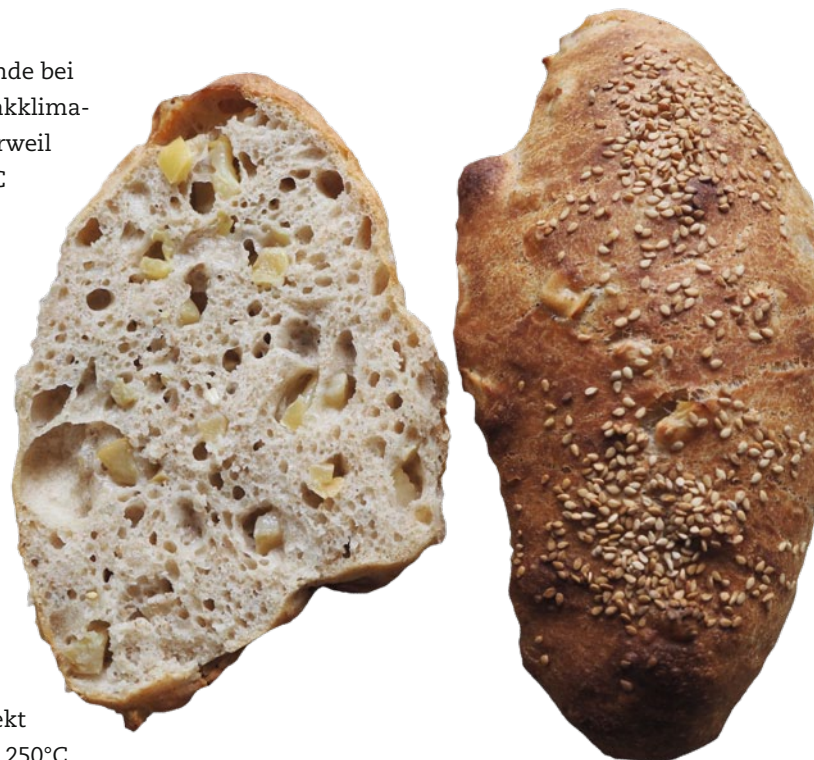
Schwaden: beim Einschießen

☉ Die Zutaten für den Hauptteig – bis auf die Schmalzmasse – auf kleinster Stufe etwa 8 Minuten mischen und weitere 6 Minuten auf schnellerer Stufe zu einem mittelweichen, klebrigen Teig verkneten. Die Schmalzmasse hinzufügen weitere 4 Minuten auf mittlerer Stufe einarbeiten, bis ein weicher, homogener Teig entsteht.

☉ Den Teig abgedeckt 60 Minuten gehen lassen und alle 20 Minuten in der Schüssel mit nassen Händen oder der Teigkarte dehnen und falten. Anschließend den Teig weitere 10 bis 12 Stunden abgedeckt im Kühlschrank reifen lassen.

☉ Den Teig 1 Stunde bei Raumtemperatur akklimatisieren lassen. Derweil den Ofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

☉ Den Teig auf eine nasse Arbeitsfläche kippen. Mit nassen Händen vom Teig kleinere Teigstücke abziehen und auf ein Backblech setzen. Die Teiglinge mit Sesam bestreuen und direkt mit viel Dampf bei 250°C einschießen und etwa 18 Minuten backen. 🍞



# Glossar

**Anspringen lassen** – Wenn in einem Rezept davon die Rede ist, dass man den Teig „Anspringen lassen“ soll, ist damit der Prozess gemeint, bei dem die Gärung in der für die Mikroorganismen freundlichen Raumtemperatur beginnt. Später wird dieser Prozess dann in kühlerer Atmosphäre wieder verlangsamt.

**Anstellgut (ASG)**, auch **Starter** – Das Anstellgut ist ein Rest Sauerteig, der nicht gebacken, sondern zur späteren Verwendung aufbewahrt wird. Vor dem nächsten Backtag wird mit einem Teil des Anstellgutes sowie Mehl und Wasser ein neuer Sauerteig hergestellt (Auffrischung). Das Anstellgut dient der Reduzierung des Zeitaufwandes zur Herstellung von Sauerteig sowie der Entwicklung einer stabilen Bakterienkultur und damit eines definierten Sauer-teigaromas. Anstellgut kann entweder immer vom jeweils für den Backtag angesetzten Sauerteig abgenommen oder separat geführt und aufgefrischt werden.

**Ausmahlgrad**, auch **Ausmahlungsgrad** oder **Mehlausbeute** – Der prozentuale Wert gibt Auskunft darüber, wieviel Prozent des ganzen Kornes im Mehl enthalten sind. Je höher also der Ausmahlgrad, desto mehr Schalen-anteil ist im Mehl enthalten.

**Ausstoßen** – Während oder nach der Stockgare wird der Teig entweder mehrmals mit der Faust ausgestoßen/ eingedrückt oder kurz kräftig durchgeknetet. Ziel ist das Entgasen und Straffen des Teiges. Dabei wird einerseits das Gärgas Kohlenstoffdioxid gegen Luft-sauerstoff ausgetauscht, der für die Vermehrung der Hefen benötigt wird. Andererseits verteilen sich die Gasbläschen gleichmäßiger im Teig – eine Grundvoraussetzung für eine gleichmäßige Porung im Brot.



**Autolyse** – Mehl und Wasser werden zu einem Nullteig verrührt und 20 bis 60 Minuten abgedeckt ruhen gelassen. In dieser Zeit quellen Stärke und Eiweiße mit Wasser. Das Klebereiweiß verkettet sich zu langen Klebersträngen (Glutenstränge). Die Autolyse dient zur Geschmacksverbesserung bei direkt geführten Teigen. Sie soll außerdem das Gebäckvolumen und die Kruste verbessern. Ziel der Autolyse ist, das Klebergerüst von Weizenteigen aufzubauen. Sie hat den Vorteil, dass der Teig kürzere Zeit geknetet werden muss, da er bereits einen Teil seiner Struktur aufgebaut hat.

**Brühstück** – gehört zur Gruppe der Nullteige innerhalb der Vorstufen. Es dient der Verquellung größerer Brotbestandteile (z.B. Körner, Saaten, Schrote). Für ein Brühstück werden die festen Bestandteile im Verhältnis von zirka 1:1 bis 1:3 mit kochendem Wasser vermischt und mindestens 2-6 Stunden quellen gelassen. Würden die groben Bestandteile nicht verquollen, würde der Wassergehalt im Teig sinken und der Teig durch Nachquellung zunehmend fester und trockener werden. Neben Schrot kann auch getrocknetes und gemalenes Brot überbrüht werden. Dieses Altbrot bindet etwa die dreifache Menge seines Eigengewichtes an Wasser.

**Dehnen und Falten** – Vorgang, bei dem weizen-dominierten Teigen durch mehrfache Dehnung und Faltung mehr Struktur verliehen wird. Das Klebergerüst wird damit schonend entwickelt. Das Gashaltevermögen steigt. Außerdem dient es der Entgasung und Sauerstoffzufuhr, der Homogenisierung der Teigtemperatur und damit der Unterstützung der Hefenaktivität. Im Bäckeralltag wird meist nur von „Falten“ gesprochen, dennoch sind beide Vorgänge gemeint. Teig kann auf verschiedene Weisen gefaltet werden. Bei der Heimbäckerei eher üblich ist die Methode mit feuchten Händen in einem Behälter (für mittelfeste bis weiche Teige). Dabei wird der Teig am hinteren Ende unterfasst, nach oben gedehnt und zum Körper hin auf den restlichen Teig gefaltet. Nun die gegenüberliegende und anschließend die die anderen Seiten genauso bearbeiten.


<http://tinyurl.com/yagxq38g>  Video

**Dextrine** – Dextrine sind Abbauprodukte von Stärke. Sie bilden sich beim Backen ab 150 Grad bei Abwesenheit von Wasser in der Kruste von Broten und geben ihnen die Farbe sowie typischen Geschmack.

**Einschießen** – Einführen des Teiglings in den Backofen mit Hilfe eines Schießers (Backbrett). Als Trennmittel zwischen Schießer und Teigling wird häufig Grieß oder



Schrot verwendet. In der Heimbäckerei kann auch Backpapier als Unterlage genommen werden. Beim Einschießen wird die Trägheit des Teiglings genutzt. Der Teigling wird mit dem Backbrett auf den Backstein geführt. Mit einem schnellen Ruck wird das Backbrett aus dem Ofen gezogen, sodass der Teigling durch die Trägheitskraft auf dem Backstein liegen bleibt.

<http://tinyurl.com/y9xrqer8>  Video

**Falten** – siehe **Dehnen und Falten**

**Fensterfest** – Zur Feststellung, ob ein Weizenteig ausreichend ausgeknetet ist, zieht man den Teig mit vier Fingern vorsichtig in vier Richtungen auseinander. Wenn der Teig sich dabei dehnt, ohne schnell zu reißen (also ein beinahe durchsichtiges Fenster entsteht), ist der Teig ideal ausgeknetet.



**Freigeschoben** – ein Brot, das ohne Form oder Topf gebacken wird, bezeichnet man als freigeschoben. Es weist eine geschlossene Kruste auf.

**Hydratation** – Bestimmt – wie auch die Teigausbeute – den Wasseranteil des Brotes im Verhältnis zum Mehl. Enthält ein Brot 1.000 Gramm Mehl und 700 Gramm Wasser, beträgt die Hydratation 70%.

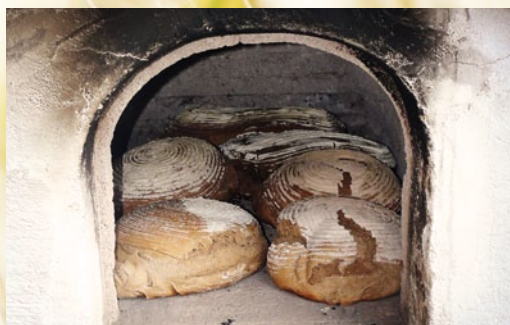
**Krume** – Das lockere und elastische Innere eines Brotes, das von der Kruste umgeben wird. Von der Krume hängt der Nährwert des Brotes ab. Geschmack und Geruch der Brotkrume werden nicht nur durch die Zutaten beeinflusst. Die Aromastoffe, die in der Kruste entstehen, ziehen aufgrund des Unterdrucks im Inneren während der Auskühlphase des Brotes durch die gesamte Brotkrume. Die Eigenschaften der Brotkrume (Struktur, Elastizität, Geschmack, Geruch) sind unter anderem abhängig vom Wassergehalt, von den Zutaten, von der Teigführung und der Teigaufarbeitung.



**Lievito Madre** – Italienische Mutterhefe. Ein kalt und fest geführter Sauerteig, der sich durch Robustheit und milden Geschmack auszeichnet.

**Nullteig** – Gemisch aus Getreideerzeugnissen, Flüssigkeit und – in einigen Fällen – Salz. Sie werden ohne Triebmittel angesetzt. Zweck ist die Verquellung der Getreideerzeugnisse. Zu den Nullteigen zählen Quellstücke, Brühstücke und Kochstücke. Sie erhöhen den möglichen Flüssigkeitsanteil im Teig, verbessern die Teigausbeute und ermöglichen so eine längere Frischhaltung der Backwaren, saftigere Krumen und günstigere Kaeigenschaften.

**Ofentrieb** – Beschreibt die Volumenzunahme des Teiges während des Backvorgangs. Die Volumenzunahme erfolgt einerseits physikalisch durch Ausdehnung der vorhandenen Gär gas e, andererseits biologisch durch Produktion von Gär gas über mikrobielle Prozesse. Welchen Anteil der biologische Faktor hat, bestimmt der Gärzustand des Teiglings (bei Vollgare überwiegt der physikalische Ofentrieb, bei knapper Gare überwiegt der biologische Ofentrieb).




**Poolish** – Hefe-Vorteig, der in der Regel zu gleichen Teilen aus Wasser und Mehl besteht. Ihnen wird lediglich Hefe zugesetzt, meistens 1% bezogen auf die Mehlmenge, aber auch geringere Hefe-Anteile sind möglich. Der Teig ruht mindestens 6 Stunden, oft auch länger (lange Teigführung). Meistens wird er kühl zur Gare gestellt.

**Quellstück** – Gehört zur Gruppe der Nullteige innerhalb der Vorstufen und dient der Verquellung größerer Brotbestandteile (Körner, Saaten, Schrote). Für ein Quellstück werden die festen Bestandteile im Verhältnis von 1:1 bis 1:2 mit 10 bis 30°C warmem Wasser vermischt und 4 bis 20 Stunden quellen gelassen. Eine zeitlich manchmal passende Variante ist das Verquellen über 8 bis 12 Stunden bei 6 bis 8°C im Kühlschrank. Um enzymatischen Abbau und Fremd gärung zu verhindern, kann die Salzmenge des Hauptteiges mit in das Quellstück eingerührt werden. Würden die groben Bestandteile nicht verquollen, würden sie Wasser aus dem Teig ziehen, er würde zunehmend fester und trockener werden. Üblicherweise sollte die im Quellstück zu verquellende Menge nicht mehr als 30 bis 60 Prozent der Gesamtmenge der Getreideerzeugnisse ausmachen. Je wärmer das Wasser, umso mehr kann davon gebunden werden.

**Rundwirken** – Beim Rundwirken wird der Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche in Form gebracht. Dabei klappt man die Außenseiten reihum zur Mitte. Dieser Vorgang wird so lange wiederholt, bis eine straffe Teigkugel entsteht. Da bei diesem Prozess Kohlendioxid entweicht und gleichzeitig Sauerstoff eingearbeitet wird, verbessert man noch einmal die Hefeaktivität, was sich positiv auf die Krume auswirkt.



<http://tinyurl.com/ybnxqquw>  Video



**Schamotte** – Als Schamotte wird ein gesteinsähnliches, künstlich hergestelltes, feuerfestes Material bezeichnet. Daraus werden beispielsweise Öfen, Kamine, aber auch Pizzasteine hergestellt. Schamotte kann besonders gut Wärme speichern.

**Schluss** – Die Seite des Brotes, auf der der Teig beim Formen zusammengeführt wird. Der Laib kann mit Schluss nach oben gebacken werden, was zu einem eher wilden Aufreißen der Kruste entlang der Nahtstellen führt.

Soll das Brot eine glatte Oberfläche aufweisen oder an definierten Einschnitt-Stellen aufreißen, wird es mit Schluss nach unten gebacken. Im Gärkorb muss es jeweils anders herum liegen, da es zum Backen aus diesem gestürzt wird.



**Schwaden**, auch Dampf, bedampfen – Der Dampf wird sofort nach dem Einschließen des Teiglings oder verzögert in den Ofen gegeben. Er kondensiert auf der Teighaut, lässt dank der freiwerdenden Wärme das darin enthaltene Eiweiß sofort gerinnen und die Stärke verkleistern (Voraussetzung für eine knusprige Kruste). Dennoch hält der Dampf die Teighaut kühl, elastisch und ermöglicht so einen optimalen Ofentrieb und ein optimales Gebäckvolumen. Außerdem löst sein Kondenswasser die aus der Mehlstärke entstandenen Dextrine, die später zu einem attraktiven Brotglanz führen.

<http://tinyurl.com/ycob6dfu>  Video

**Starter** – siehe **Anstellgut**

**Stockgare** – Die Gärphase des kompletten, ungeformten Teiges nach dem Kneten und vor dem Aufarbeiten. Je nach Dauer der anschließenden Zwischengare und Stückgare sowie der zu erreichenden Gebäckigenschaften wird die Dauer der Gärphase festgesetzt. Während



der Teigruhe reift der Teig. Insbesondere verquellen die Mehlbestandteile, bei kleberwirksamen Mehlen entspannt das Klebergerüst. Außerdem wird die Reifung auch zum

Vermehren der Hefen genutzt. Ideale Temperaturen für die Stockgare liegen zwischen 20° und 28°C. Bei kühler Führung (4-10°C) über mindestens 6-8 Stunden entstehen während der Stockgare vielfältige Aromen. Die Stockgare kann durch Teigbearbeitungsprozesse (Dehnen und Falten) unterbrochen werden, um den Teig zu straffen, die Teigtemperatur zu vergleichmäßigen, die Teigstruktur zu beeinflussen und durch Gasaustausch den Stoffwechsel der Hefen anzuregen.

**Stückgare** – Die letzte Ruhe- und Reifephase vor dem Backen. Abhängig von der Dauer der Stückgare entwickeln sich Ofentrieb und Krumenstruktur. Die Stückgare wird entweder mit Schluss nach unten oder mit Schluss nach oben durchgeführt. Die Gartemperatur sollte idealerweise höher sein als bei der Stockgare. Während der Stückgare wird die Hefegärung angestrebt (optimal zwischen ca. 28-35°C). Für den Heimbäckerbereich sind 24-26°C ausreichend, um ansprechende Ergebnisse zu erzielen.

**Teigausbeute (TA)** – Das in Zahlen ausgedrückte Verhältnis zwischen der im Teig verwendeten Menge an Flüssigkeit und der Menge an Getreideerzeugnissen (Mehl). Sie ist ein Maß für die Menge an Teig, die entsteht, wenn 100 Teile Getreideerzeugnisse mit einer bestimmten Menge an Flüssigkeit gemischt werden. Bei einer TA 160 kommen also 60 Gramm Flüssigkeit auf 100 Gramm Getreide/Mehl. Als Flüssigkeit gelten neben Wasser alle in ihrer Konsistenz mit Wasser vergleichbaren Flüssigkeiten (Milch, Buttermilch oder Öle). Andere Zutaten wie Quark, Joghurt oder Eier verändern zwar auch den Flüssigkeitsanteil im Teig und damit die Teigausbeute, werden aber nicht in die Berechnung einbezogen. Hohe Teigausbeuten sind kennzeichnend für weiche Teige (TA 180), niedrige Teigausbeuten für festere Teige (TA 160).

**Teigführung** – Bezeichnet die gesamte Teigentwcklung vom Mischen der Zutaten bis zum Backen. Sie unterliegt vielen Faktoren, die gezielt gesteuert werden können, um optimale Backergebnisse zu erreichen.



**Vollgare** – Optimaler Gärzustand für Brote mit glatter (nicht aufgerissener) Kruste. Sie liegt zwischen Untergare und Übergare. Der Teigling hat ein großes Volumen, ist dennoch stabil und setzt bei Druck auf die Teighaut etwas Widerstand entgegen, wenngleich sich die Druckstelle nur noch wenig zurückbildet (Fingertest/Drucktest). Die Hefen haben bei Vollgare ihren Stoffwechsel verlangsamt. Vollgarige Teiglinge vergrößern ihr Volumen im Ofen nur noch minimal.

# VORSCHAU

BROT gibt es sechsmal jährlich.  
Die nächste Ausgabe erscheint  
am 23.01.2020



Darum geht es unter anderem:



● Über die Wichtigkeit von Temperaturen während der Brotherstellung

● Die Tradition der Bagel-Bäckerei



● Kreative Rezepte für das Kochen mit Brot

● Wie Brot jungen Mädchen in Malawi eine bessere Zukunft gibt



**HERAUSGEBER**  
Tom Wellhausen

**REDAKTION**  
Hans-Henny-Jahnn-Weg 51  
22085 Hamburg  
Telefon: 040/42 91 77-300  
redaktion@brot-magazin.de  
www.brot-magazin.de

**LEITUNG REDAKTION/GRAFIK**  
Jan Schönberg

**CHEFREDAKTION**  
Sebastian Marquardt  
(verantwortlich)

**REDAKTION**  
Jan Schnare

**AUTORINNEN & AUTOREN**  
Bäbel Adelhelm, Nadja Alessi, Sonja Bauer, Ben Bembinista, Yvonne Buschhaus, Michelle Deschner, Marlon Gnauck, Gerda Göttling, Johannes Hirth, Melissa Johnson, Daniela Kanka, Samuel Kargl, Vanessa Kimbell, Julia Meier, Nadine Metz, Stevan Paul, Margarete Preker, Sylvia Richter, Manfred Schellin, Tanja Schlund, Jörg Schmid, Julia Stüber

**FOTOS**  
Alexander Ruiz, Andrea Thode  
contrastwerkstatt, Daniel Schneider  
daveide bonaldo, fotoart-wallraf  
ImagesMy, jd-photodesign  
jozsitoeroe, Julia Sedaeva  
Kateryna\_Kon, Natalia Pyzhova

**VERLAG**  
Wellhausen & Marquardt  
Mediengesellschaft bR  
Hans-Henny-Jahnn-Weg 51  
22085 Hamburg

Telefon: 040/42 91 77-0  
post@wm-medien.de  
www.wm-medien.de

**GESCHÄFTSFÜHRER**  
Sebastian Marquardt  
post@wm-medien.de

**VERLAGSLEITUNG**  
Christoph Bremer

**ANZEIGEN**  
Christoph Bremer (Leitung)  
Sven Reinke

**GRAFIK**  
Sarah Thomas, Martina Gnaß,  
Bianca Buchta, Jannis Fuhrmann,  
Kevin Klatt  
grafik@wm-medien.de

**ABO- UND KUNDENSERVICE**  
Leserservice BROT, 65341 Eltville  
Telefon: 040/42 91 77-110  
Telefax: 040/42 91 77-120  
E-Mail: service@brot-magazin.de

**ABONNEMENT**  
Jahresabonnement für:  
Deutschland: € 32,-  
EU und Schweiz: € 37,-  
Übriges Ausland: € 55,-  
Digital-Magazin: € 24,-

Für Print-Abonnenten ist das digitale  
Magazin inklusive. Infos unter:  
www.brot-magazin/digital

Das Abonnement verlängert sich  
jeweils um ein weiteres Jahr, kann  
aber jederzeit gekündigt werden. Das  
Geld für bereits bezahlte Ausgaben  
wird erstattet.

**EINZELPREIS**  
Deutschland: € 5,90 / Österreich: € 6,50 /  
Schweiz: sFr 11,60 / Benelux: € 6,90

**DRUCK**  
pva, Druck und Medien-  
Dienstleistungen GmbH  
Industriestraße 15  
76829 Landau in der Pfalz  
www.pva.de  
Gedruckt auf chlorfrei gebleichtem  
Papier. Printed in Germany.

**COPYRIGHT**  
Nachdruck, Reproduktion oder  
sonstige Verwertung, auch  
auszugsweise, nur mit ausdrücklicher  
Genehmigung des Verlages.

**HAFTUNG**  
Sämtliche Angaben wie Daten, Preise,  
Namen, Termine usw. ohne Gewähr.

**BEZUG**  
BROT erscheint sechsmal jährlich.  
Bezug über den Fach-, Zeitschriften-  
und Buchhandelsbuchhandel.  
Direktbezug über den Verlag.

**GROSSO-VERTRIEB**  
VU Verlagsunion KG  
Meßberg 1, 20086 Hamburg

Für unverlangt eingesandte Beiträge  
kann keine Verantwortung über-  
nommen werden. Mit der Übergabe

von Manuskripten, Abbildungen,  
Dateien an den Verlag versichert der  
Verfasser, dass es sich um Erst-  
veröffentlichungen handelt und keine  
weiteren Nutzungsrechte daran  
geltend gemacht werden können.

## Brot

**DEUTSCHES  
BROTINSTITUT e.V.**

**FÖRDERMITGLIEDSCHAFT**  
BROT unterstützt als Fördermitglied  
das Deutsche Brotinstitut e.V.

**wellhausen  
marquardt  
Mediengesellschaft**

# Jetzt bestellen



€ 8,50

040/42 91 77-110  
service@brot-magazin.de

# Jetzt bestellen



Sauerteig – lecker, gesund, aber ein Buch mit sieben Siegeln? Das muss nicht sein. Denn wer das Zusammenspiel der Mikroorganismen versteht und weiß, wie man sie steuert, kann souverän damit umgehen. Mit dieser Fibel bleiben keine Fragen offen. Vom Anstellen des eigenen Sauerteigs über seine Pflege bis hin zu Problemlösung und Langzeitsicherung sowie kreativer Reste-Verwertung wird alles erklärt, was im Backalltag wichtig ist. Fachlich fundiert, pragmatisch und praxiserprobt. Gezeigt werden klassischer Sauerteig, Lievito Madre, Japanische Hefe, Marvin, das Multitalent sowie glutenfreier Sauerteig. Und zu jedem von ihnen gibt es im Anhang gleich Rezepte. So kann der Backspaß direkt beginnen.

**[www.brot-magazin.de/einkaufen](http://www.brot-magazin.de/einkaufen)**  
**oder 040/42 91 77-110**