

Brot

Brot

Gesund und bekömmlich backen

GRILL-SPEZIAL

Leckere Gebäcke
für die Saison

SAUERTEIG-SCHULE

So gelingt die Führung

PROZENTRECHNUNG

Brot-Rezepte
selbst entwickeln

HIRSE

Geschmackvoll
glutenfrei

IM HEFT

Mehr als
30 Rezepte
für gelingsichere
Brote und Aufstriche

Ein Stück Geschichte Italiens

Pane di Matera



5,90 EUR

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

Geballtes Wissen

BROTfibel Basis-Wissen

19,80 €
Artikel-Nr.: BASISFIB



**BROTfibel
Sauerteig**
19,80 €
Artikel-Nr.: SAUERFIB

Jetzt bestellen

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



EDITORIAL

Liebe Leserinnen und Leser.

04/2020

Irgendwann war ich an dem Punkt, dass ich „Corona“ nicht mehr hören konnte. Und doch habe ich alle Neuigkeiten weiter aufgesaugt. Was wir erlebt haben, und bis heute erleben, ist eine ungewöhnliche, einschneidende Erfahrung in vielen Leben.

So tragisch und traurig die Umstände auch sind, bleibt doch vielleicht einiges positives als Ergebnis dieser Krise. Es wirkt, als hätten wir in kürzester Zeit zehn Jahre verschlafener Digitalisierung nachgeholt. Das wird das Reiseverhalten und das Arbeitsleben, aber auch das Bildungswesen wahrscheinlich nachhaltig verändern.

Auf der anderen Seite gibt es auch eine Rückbesinnung auf lokale Lieferketten und die einfachen Dinge des Lebens. Zu denen zählt Brot unzweifelhaft. Es ist ein Basis-Nahrungsmittel. Eines, das viele Menschen neu für sich entdeckt haben.

Und so ärgerlich es ist, aufgrund der Hamsterkäufe kein Mehl und keine Hefe mehr für den täglichen Bedarf zu finden, so ist es doch wunderbar, dass so viele Menschen plötzlich ihr Interesse am Backen gefunden haben. Oder aber auch nur die Zeit für etwas, das sie schon lange tun wollten.

Natürlich werden da jene sein, die schnell wieder aufgeben und zur Normalität zurückkehren, in der Brot gekauft wird. Andere werden dabei bleiben und fortan öfter ihren Ofen aufheizen. Alle aber werden durch diesen Ausflug in die Brotherstellung gelernt haben, dass gutes Brot nichts Triviales ist. Es braucht Kenntnis, Zeit und handwerkliches Geschick.

Wer das versteht, bringt diesem Basis-Nahrungsmittel auch wieder mehr Wertschätzung entgegen. Und an dieser Entwicklung kann man eigentlich nichts schlecht finden. Ich jedenfalls freue mich über jeden Menschen, der selbst Hand an den Teig anlegt. Und ich freue mich über all jene, die in dieser Situation zu unserem Magazin gefunden haben.


Wir liefern mit jeder Ausgabe viel Wissen und Inspiration rund ums Brot. Und was am Anfang noch so komplex wirkt, wird sehr schnell sehr logisch erscheinen. Es ist nur eine Frage von Zeit und Übung bis zum perfekten Brot aus dem eigenen Ofen. Wir freuen uns, Dich auf diesem Weg zu begleiten.

Herzliche Grüße

Sebastian Marquardt, Chefredakteur

 @brotmagazin

 /BrotMagazin

 www.brot-magazin.de

Unsere Facebook-Gruppe:

 facebook.com/groups/brotforum

LeserBROTe an:

 redaktion@brot-magazin.de

Wusstest Du, dass Abonentinnen und Abonnenten von BROT nicht nur jede Ausgabe digital zwei Wochen früher erhalten, sondern auch Zugriff auf das gesamte Digital-Archiv bis zurück zur Erstausgabe haben? Das sind 17 Hefte, vollgestopft mit Wissen, Inspiration und mehr als 500 Rezepten. Bestellen kannst Du das Abo hier: brot-magazin.de/einkaufen

INHALT 04/2020

Selbst ist das Brot

- **Hamsterkäufe und Kontaktsperre**
Backen im Krisenmodus Seite 10
- **Schellis Sauerteigschule**
Eine Frage der Führung Seite 72
- **Prozentrechnung**
Rezepte entschlüsseln und selbst entwickeln Seite 96

Verschiedenes

- Neuheiten**
Meldungen rund ums Backen und Genießen Seite 6
- LeserBROT**
Was unsere Leser/innen backen Seite 46
- Mühlen-Finder**
Ausgewählte Adressen für gutes Mehl Seite 53
- Inspiration**
Alles rund ums Brot: Bücher, Blogs, Instagram & Co. Seite 68
- BROTladen**
Interessante Produkte fürs heimische Backen Seite 80
- Glossar** Seite 111
- Vorschau/Impressum** Seite 114



13 Schoggi-Zopf



14 Schnippel-Mix-Aufstrich



15 Käse-Polentas



22 Kürbiskern-Senf-Kruste



24 Bärlauch-Brot



34 Quasi Matera



36 Infinity-Zwirbel



38 Bohnen-Bernd



40 Maisje



42 Dinkel-Waltraud



44 Mischinity



50 Gefüllte Handbrote



52 Hummus



54 Pan Sorpresa



56 Party-Brötchen



58 Pizza-Grillbrot



60 Baguette Rustique



61 Sesam-Fladenbrot



62 Tomaten-Brötchen



64 Schwarzbier-Buns



66 Olivenbrötchen



67 Spinat-Schnecken



79 Helles Kasseler



86 Trauben-Chutney



88 Aloe Vera-Laib

Rohstoffe

Roggen

Das vergessene Getreide

Seite 16

Menschen & Brot

● Pane di Matera

Eine Stadt und ihr Brot

Seite 26

Glutenfreies Backen

● Backen mit Hirse

Hauptnahrungsmittel, Nährstoffbombe – und frei von Gluten

Seite 100



90 Gazpacho „Roter Stern“



92 Spaghetti mit Haselnuss-Pesto



94 Schokoladen-Muffin



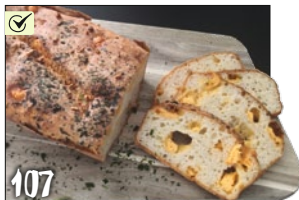
104 Malzbier-Mischkruste



105 Hirsebrot



106 Kichererbsenbrot



107 Käsekasten



108 InfiniFix



110 Scharfe Tomate im Dinkelkleid

- Titelthemen
 - 🔥 Grill-Spezial
 - ✓ Glutenfrei
 - 🌀 Speed-Baking
- Titelfoto:
● Anika Mester



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.

Philosophie

Im Mittelpunkt stehen Brote mit langer Garzeit. Sie machen nicht mehr Arbeit als schnelle Brote, die Teige reifen nur länger. Denn immer mehr Forschungen weisen darauf hin, dass viele Menschen Probleme mit der Verträglichkeit von Brot haben, die aber nicht im Zusammenhang mit dem Getreide oder Gluten stehen, sondern mit der schnellen Herstellung. Während der langen Garzeit werden schwer verdauliche Stoffe im Teig abgebaut. Zudem hat der Teig mehr Zeit, Aromen zu entwickeln. Am Ende ist das Brot also nicht nur verträglicher, sondern auch bedeutend leckerer.

Temperaturen

Mit Raumtemperatur sind 20-22°C gemeint. Weicht die Temperatur stark ab, hat das Einfluss auf die angegebene Zeit. Grobe Faustformel: pro 5°C verdoppeln oder halbieren sich Garzeiten.

Wasser

Vorsicht bei der Wasserzugabe. Jedes Mehl hat andere Eigenschaften und kann unterschiedlich viel Flüssigkeit binden. Daher sollte man zunächst etwas Wasser (20-30%) zurückhalten und schluckweise nachschütten.

Zeitangaben

Jeder Sauerteig, jede Hefe, jede Knetmaschine arbeitet anders. Daher sind Zeitangaben zwar erprobt, dennoch nur eine Empfehlung. Wann ein Teig ausgeknetet ist, zeigt der Fenstertest, die Gärreife zeigt sich am Teig.

Sauerteig

Gerade Sauerteig ist eine große Variable, da jedes Anstellgut – abhängig von Häufigkeit und Art der Auffrischung – unterschiedlich fit ist. Daher sind hier immer Zeitfenster angegeben. Der Teig entscheidet, wann er reif ist, nicht die Uhr. Bei festeren Vorteigen erkennt man die Reife daran, dass der Teig sich in etwa verdoppelt hat und sich leicht nach oben wölbt. Bei flüssigeren Vorteigen geht man am besten mit einem Löffel an der Oberfläche entlang. Ist der Teig sehr blasig, ist er reif. Eine andere Variante ist es, mit der Schüssel auf einen Untergrund zu klopfen. Fällt der Teig leicht zusammen, hat er die volle Reife erreicht und muss verarbeitet werden. Grundsätzlich gilt aber: Auch mit leichter Unter- oder Übergare lässt er sich verwenden.

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 111 findet Ihr daher ein Glossar, in dem alle wichtigen Fachbegriffe kurz erklärt werden. Für den tieferen Einstieg ins Back-Vokabular empfehlen wir die Website www.baeckerlatein.de

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

Instagram @brotmagazin

www.brot-magazin.de

Facebook /BrotMagazin

facebook.com/groups/brotforum

Trotz größter Sorgfalt passieren manchmal Fehler. In Rezepten ist das besonders ärgerlich. Daher berichtigen wir entscheidende Fehler, sobald sie entdeckt werden. Du findest die Korrekturen hier: www.brot-magazin.de/korrekturen

Das neue **Rapsöl Pura** ist kalt gepresst und mild gedämpft. Laut Hersteller soll es durch ein speziell entwickeltes Verfahren besonders schonend gewonnen werden, sodass weder chemische Hilfsmittel noch Raffination benötigt werden. Pura wird von der Teutoburger Ölmühle aus geschälter Saat hergestellt. Es ist in 750-ml-Glasflaschen im Lebensmittel-einzelhandel zu einem Preis von 2,99 Euro erhältlich. www.pura-oel.de



Neuheiten



Neu im Sortiment von Obela ist eine Hummus-Variante mit Süßkartoffeln. **Obela Hummus Süßkartoffel** ist in der 175-g-Schale für 1,99 Euro erhältlich. Der vegane und glutenfreie Aufstrich zeichnet sich neben seinem herzhaft-süßen Geschmack und der cremigen Textur durch einen besonders hohen Anteil an gekochten Kabuli Kichererbsen (61 %) und 12 % Tahini-Sesampaste aus. Auf Farb- und Aromastoffe sowie Geschmacksverstärker verzichtet der Hersteller. www.obela.com

Eine neue **Bratpfannen-Serie** von TV-Köchin Cornelia Poletto gibt es bei Zwilling. Die vierlagige Antihaf-Duraslide-Diamond-Beschichtung mit Diamantpartikeln soll den Pfannenboden besonders robust und langlebig machen. So gelingen sowohl Fleischgerichte als auch empfindliche Speisen wie Eier, Fisch oder Gemüse. Vom Sandwichboden mit Aluminiumkern verspricht der Hersteller eine gleichmäßige Wärmeverteilung für punktgenaue Bratergebnisse auf allen Herdarten, einschließlich Induktion. Für eine einfache und sichere Handhabung ist ein Gussgriff mit Silikonummantelung montiert. Die Pfanne ist mit 20 cm Durchmesser für 69,95 Euro, mit 24 cm Durchmesser für 79,95 Euro und mit 28 cm Durchmesser für 89,95 Euro erhältlich. Außerdem gibt es ein dreiteiliges Set für 169,- Euro. de.zwilling-shop.com



Der **Knister Grill** ist ein Holzkohlegrill, den man mit jedem Fahrrad transportieren kann. Er wird einfach ohne Werkzeug an die Lenkerstange des Fahrrads gehängt und kann so zum Einsatzort transportiert werden. Durch die kompakten Maße ist der Knister Grill leicht transportabel, die größeren Modelle lassen sich aber sogar auseinanderziehen, sodass Grillgut für 4 bis 8 Personen zubereitet werden kann. Während des Transports bietet Knister Stauraum für Kohle, Essen, Servietten, Besteck und mehr. Der Grill wird komplett in Deutschland hergestellt. Der Grillrost bietet unterschiedliche Grillzonen für Gemüse und Fleisch. Außerdem kann der Knister Grill komplett in der Spülmaschine gereinigt werden. Der Knister Small mit einer Grillfläche von 28 x 20 cm kostet 89,- Euro, der größere Knister Grill Original schlägt mit 129,- Euro zu Buche und die Premium-Variante aus Edelstahl kostet 159,- Euro. www.knister-grill.com



Die **Knabber Kabanos** von Houdek gibt es jetzt mit 25-Gramm-Würstchen im Supermarkt. Die kleinen würzigen Kabanos sind damit ideal für unterwegs. Erhältlich ist der Snack in den Sorten Klassik und Heumilchkäse. Die 250-Gramm-Packung kostet 3,49 Euro. www.houdek.bayern

Um Kinder spielerisch an das Thema Backen heranzuführen, ist die „**Kinderleichte Becherküche**“ von Hobbybäcker die richtige Wahl. Dank der unterschiedlich großen und farbigen Becher gelingt es den Kindern selbstständig, die Zutaten abzumessen und einen Teig herzustellen. So können schon Kinder im Vorschulalter ganz viele Arbeitsschritte beim Backen und Kochen selbst übernehmen. In einer übersichtlichen und klar strukturierten Bild-für-Bild-Anleitung wird jeder einzelne Arbeitsschritt erklärt. So lernen die Kinder den Umgang mit Zahlen und Mengen, eine Reihenfolge einzuhalten sowie zu ordnen und zu sortieren. Das beiliegende Backbuch umfasst 15 Rezepte und das Set kostet inklusive der 5 Messbecher 19,99 Euro. www.hobbybaecker.de



Neu im Sortiment von Häussler sind **Brötchen-drücker**, mit denen es einfach möglich ist, verschiedene Muster in die Teiglinge zu drücken. Alle Drücker sind mit einem Griff ausgestattet und aus Weißblech gefertigt. Der Preis: ab 14,50 Euro pro Stück. www.backdorf.de



Zum Unterstreuen von Brötchen, Knauzen, Brot, Pizzen, Dinneten und vielem mehr bietet Häussler so genanntes **Streumehl** an. Es besteht aus feiner Weizengrießkleie und soll dafür sorgen, dass sich die Backwaren leicht vom Boden lösen und zugleich eine leicht nussige Note sowie einen krossen Unterboden erhalten. Der 1.000-Gramm-Beutel kostet 2,90 Euro. www.backdorf.de

Von Zwilling gibt es einen neuen **Toaster** aus der Enfinigy-Serie. Durch die so genannte Soft-Lift-Funktion gleiten die gerösteten Brote sanft aus den Schlitzen. Dabei soll ein Verbrennen laut Hersteller vermieden werden, da die Brotscheiben selbst auf höchster Röststufe nur maximal dunkelbraun werden sollen. Insgesamt stehen sieben Bräunungsstufen zur Verfügung, wobei die Röstdauer beim Toasten von mehreren Scheiben nacheinander automatisch angepasst wird. Erhältlich ist das Gerät für zwei Scheiben sowie in einer Langschlitzversion für vier Scheiben. Die Preise: 79,95 Euro beziehungsweise 109,- Euro. www.zwilling.com



Das Grandmoulin ist ein **Wellenschliff-Brotmesser** aus dem Sortiment der Windmühlen-Manufaktur. Der besonders breiten Klinge mit der hoch eingeschliffenen und von Hand auspolierten Welle liegt die historische Form des „Boschers“ niederländischer Herkunft zugrunde. Die leicht gebogene Schneide ermöglicht laut Hersteller eine ergonomisch natürliche Messerführung und Entlastung der Hand beim Brotschneiden. Die Klingenslänge beträgt 240 mm, die Gesamtlänge 370 mm.

Erhältlich ist es mit drei verschiedenen Griffen aus Pflaumen-, Oliven- oder Walnussholz.

www.windmuehlenmesser.de



Neu im Sortiment von Rösle sind die **Premium-Grillhandschuhe**. Sie bestehen zu 100 Prozent aus flammhemmenden Meta-Aramidfasern mit rutschfesten Silikon-Applikationen. Die Temperaturbeständigkeit liegt bei 350°C und der Innenhandschuh wird als Hitzeschutz zusätzlich zwischen Daumen und Zeigefinger mit Leder verstärkt. Vor allem beim Handling von Grillkohle und Anzündkamin sowie beim Transport von heißem Grillzubehör, aber auch beim Backen von Brot können die Handschuhe hilfreich sein. www.roesle.com



€5,90

Jetzt bestellen!

www.speisekammer-magazin.de
040 / 42 91 77-110



Hamsterkäufe und Kontaktsperre

Backen im Krisenmodus

Die Corona-Krise kam mit voller Wucht. Und sie ging auch an Menschen nicht vorbei, die gerne Brot backen. Irrationale Hamsterkäufe sorgten schnell für Engpässe bei Mehl und Hefe. Beides wurde und wird ausreichend produziert, aber zu bekommen war vielerorts nichts mehr. Immerhin begann eine gute Zeit für kreative Lösungen.

In Ihrer Not schlossen Mühlen im März ihre Online-Shops. Tagein, tagaus wurde Mehl produziert, der Getreide-Nachschub war nie in Gefahr. Das ist der Vorteil lokaler Lieferketten. Aber das Bestellvolumen war dermaßen explodiert, dass die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter keine Chance mehr hatten hinterherzukommen. Teilweise stiegen die Lieferzeiten von zwei Tagen auf zwei Wochen. Bis zur Notwehr-Schließung.

Da waren Supermarkt-Regale bereits leer. In Reaktion darauf begannen einige, Mehl in 25-Kilo-Gebinden anzubieten, andere rationierten Mehlkäufe auf 1 oder 2 Kilo pro Kundin und Kunde. Eine Menge, die beim Hobbybacken kaum hilft.

Übler war die Situation bei der Hefe. An die zu kommen, war in einigen Regionen aussichtslos. Weder Frisch- noch Trockenhefe waren vor Hamsterkäufen sicher. Die Situation ganz ähnlich wie beim Mehl. die Produktion reichte zu jedem Zeitpunkt

aus, die Nachfrage zu bedienen. Aber die Verpackungsanlagen für die Würfel waren dem Ansturm nicht gewachsen. Das Nadelöhr sorgte für Engpässe. Einige Supermärkte reagierten und schnitten Frischhefe für ihre Kundinnen und Kunden von großen Blöcken ab.

Die einen nahmen das alles mit Humor. Andere empörten sich über all die Menschen, die nun die wichtigen Rohstoffe fürs Backen wegkaufen – oft ohne zu wissen, was man damit am besten anfängt. Wieder andere bemühten sich um kreative Lösungsansätze.

Schnell kursierten Informationen zum Selbsterstellen von Hefe auf Basis von Bier. Es gibt einzelne Fälle, in denen es gelungen ist, Hefen zu kultivieren. Im Regelfall gibt Bier keine aktiven Hefen mehr her, die man nutzbar machen könnte.

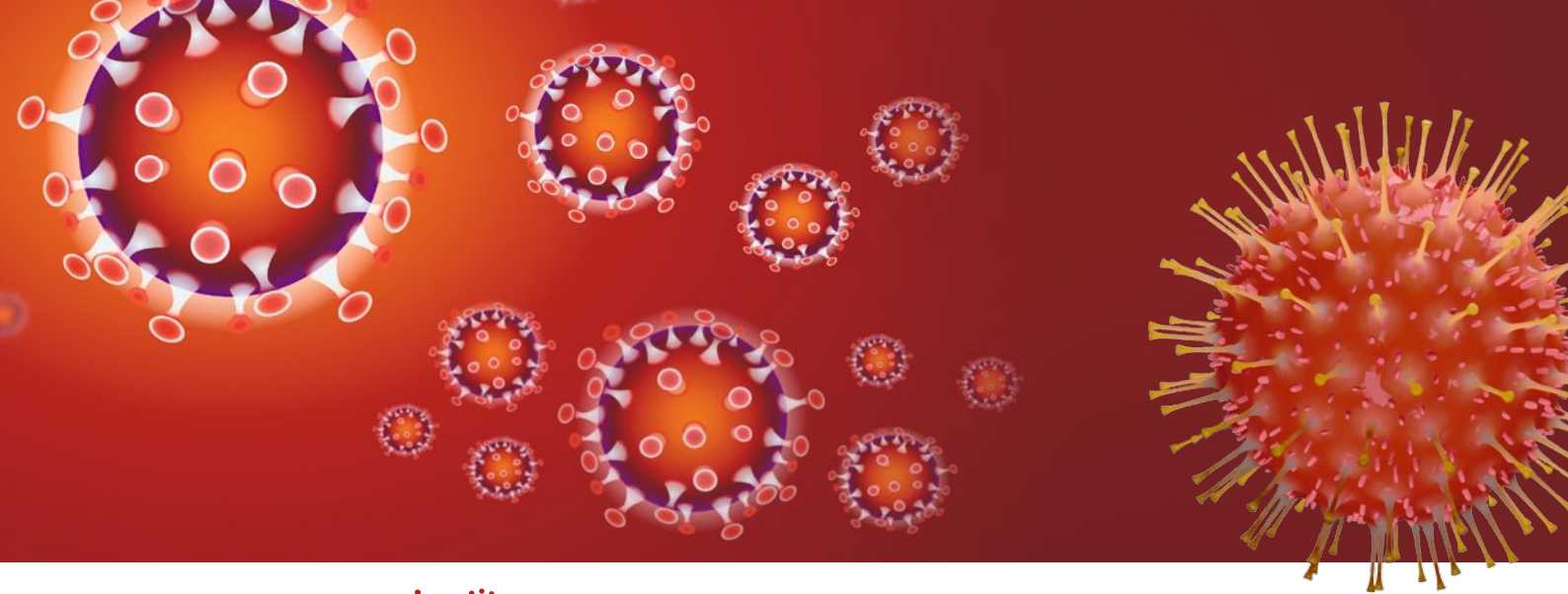
Kontrovers diskutiert wurde das Einfrieren von Hefe. Hier steht Wissenschaft gegen Erfahrung. Wasser dehnt sich unter 4°C aus. Das gilt auch



Aufgrund von Hamsterkäufen wurde Mehl schnell zum raren Gut



Einige Supermärkte reagierten mit 25-Kilo-Gebinden Mehl auf die Nachfrage




Die Hefe-Hersteller kamen mit dem Abpacken der Würfel nicht mehr hinterher. Schnell kursierten fragwürdige Rezepte zur Herstellung und Haltbarmachung im Netz

für das Wasser in den Hefezellen. Die Volumen-Zunahme beträgt etwa 9%. Genau dieser Effekt zerstört die Zellwände der Hefe, wenn sie eingefroren wird. Damit verliert sie ihre wichtigste Funktion – die Zellteilung.

Gerade bei langer Teigführung mit wenig Hefe-Einsatz und in Vorteigen wie dem Poolish soll sich die Hefe im Teig vermehren. Das kann sie nach dem Auftauen nicht mehr. Spätestens nach zwei Wochen in der Tiefkühlung lässt diese Fähigkeit mess- und spürbar nach, so ermittelten es unter anderem die Fachleute von Modernist Bread in einer Versuchsreihe. Diese Zerstörung der Zellstruktur nach etwa zwei Wochen in der Tiefkühlung bewirkt auch, dass die Hefe nach dem Auftauen oft flüssig wird.

Nun berichten Menschen aber auch, dass sie regelmäßig erfolgreich mit gefrorener Hefe backen. Und das lässt sich auch erklären. Denn die Enzyme der Hefepilze bleiben aktiv. Sie sorgen für Trieb im Brot. Der ist aber geringer als er bei frischer Hefe wäre. Diese würde sich im Teig vermehren und ihm auf diese Weise mehr Trieb geben. Auch da widersprechen erfahrene Hobbybäckerinnen. Ein Vergleichsbacken steht noch aus.

Experimente weisen den gleichen Effekt übrigens auch für Vorteige aus. Sauerteig, Poolish & Co. lassen sich für bis zu zwei Wochen erfolgreich einfrieren. Danach verlieren sie signifikant an Triebkraft.

Entsprechend hat die BROT-Redaktion schnell eine Variante vorgestellt, mit der man Hefe dauerhaft haltbar machen und sie vermehren kann. Mit einem robusten Vorteig, der ähnlich wie ein Sauerteig geführt wird, dabei aber weniger pflegeaufwändig ist. 



Wir arbeiten rund um die Uhr, aber...

Liebe Kundinnen und Kunden,

kurzzeitig haben wir unseren Shop für nicht ganz zwei Tage (03. und 04.04.20) wieder zugänglich gemacht, jedoch zwingt uns erneut die „Flut“ der Bestellungen dazu, unseren

Shop bis auf Weiteres zu deaktivieren.

Als kleines Familienunternehmen stoßen wir nun allerdings an unsere Grenzen und können keine fristgerechte Lieferung neuer Bestellungen zusichern.

Alle bereits getätigten Bestellungen werden wir in den nächsten Tagen wie gewohnt zuverlässig abarbeiten. Bitte sehen Sie von Nachfragen zum Bestellstatus ab!

Bestellungen per E-Mail oder Telefon können wir leider nicht annehmen.

Sobald wir die aktuellen Bestellungen abgearbeitet haben werden wir wieder den Onlineshop freischalten. Nur so können wir Ihnen eine fristgerechte Lieferung zusichern.

Mit Dankbarkeit für Ihr Verständnis: Elisabeth Siegmund



Benedikt Willendings am 31.03.2020
Liebe Freunde, Kunden und Interessierte, nach völlig verrückten Wochen normalisiert sich die Lage bei uns.

Dass Backen während der Ausgangsbeschränkung zu einer neuen Leidenschaft von vielen geworden ist freut uns, hat aber nicht nur mich und mein Team, sondern die gesamte Mühlenbranche an manchen Tagen an den Rand des Machbaren geführt. Wir nehmen jetzt wieder Bestellungen an, bitte beachten Sie über haushaltswichtige Mengen und machen Sie keine Hauswirtschaftliche Mengen und machen Sie keine Arbeitsressourcen würden wir gerne vielen Kunden zur Verfügung stellen und nicht exorbitant ansteigenden Preisen.

Da die Devisenkäufe in den vergangenen zwei Jahren aufgrund der Sommerflut unvorhergesehen ausgefallen ist, kann es bei Devisenprodukten zu Lieferverzögerungen und Preisanpassungen kommen. Hierzu halten wir Sie auf dem Laufenden.

Mühlendaten:
Öffnungszeiten wie üblich, Breite Verfügbarkeit über das ganze Sortiment ist gewährleistet. Bäcker-Frischefeide ist bei uns am Lager und kann portionsweise abgepackt werden. Am Backtag (Freitag) backen wir bis auf Weiteres ein reduziertes Sortiment. Der Zapftag (auch vor Ostern) fällt leider aus.

Onlineshop:
Neuheiten sind wieder zugelassen. Trockenhefe kann nur rationiert abgepackt werden. Statt der üblichen 3 Tage Lieferzeit kann es zu Verzögerungen von bis zu zwei Wochen kommen.

Wiederverkäufer:
Bei Direktbestellungen können wir leider nicht jeden Bestellwunsch erfüllen. Durch das schwer planbare hohe Produktionsaufkommen kann es vorkommen, je nach Tagesituation, zu Fehlmengen und Streichungen im gewissen Sortiment kommen. Bitte helfen Sie, die Sie an der Frischhefeportionen können, Stück nach Absprache und entsprechendem Vorlauf in unserem Lager zur Verfügung.

Bäckereien und produzierendes Gewerbe:
Wir können Ihnen hier bisher bezogenen Mengen weiterhin kontinuierlich zusagen. Unsere Verantwortung innerhalb der Lieferketten sind wir uns bewusst und werden Sie wie gewohnt mit Rohstoffen versorgen.

Grundätzliches:
Die Mühle ist in der Krise zu dem systemkritischen Betrieb. Das bedeutet, dass die Betriebe – auch im Falle einer Infektion von einzelnen Mitarbeitern – nicht im gesamten geschlossen werden. Da Deutschland eine sehr lebensfähige, militärisch hoch und auch genügend Wägen als Rohstoff zur Verfügung stellt, brauchen Sie keine Angst zu haben, dass Mühl aufgrund der Pandemie ausgeht. Ihnen und Euch wünsche ich weiterhin die notwendige Ruhe und Kraft für die Entscheidungen, die in Ihren Familien und Ihrem Arbeitsbereich anstehen. Herzlichst Dank! Benedikt

Etliche Mühlen mussten ihre Online-Shops schließen, um den Ansturm abzuarbeiten



DRAXMÜHLE

Suchen Sie nach Produkten...

Alle Kunden...

Bitte beachten Sie bei allen Bestellungen die von Ihnen selbst überprüfbar sind:

Die Lieferung erfolgt nur an die Adresse, die Sie bei der Bestellung angegeben haben.

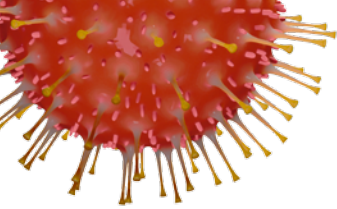
Wir bitten Sie, sich bei der Bestellung über die Verfügbarkeit von Waren zu informieren.

Alle bereits bestellten Bestellungen werden nur im geschlossenen und abschließend abgeholt. Die Lieferzeit beträgt zwischen 3-10 Werktagen.

Mitbestellungsleistungen oder auch Nachbestellungen per E-Mail können von Seiten nicht annehmen.

Viele Grüße von der Verwaltung
Draxmühle
Dr. Hans-Joachim Drax
Telefon: 0331 2020, 0331 2021 (Fax)

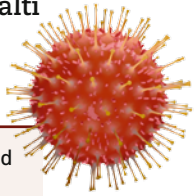
Neuheiten



Ein Vorteig für die **Hefe-Haltbarmachung**

Bis zur Unendlichkeit – und noch viel weiter

Mit diesem Vorteig lässt sich Hefe lange haltbar machen. Die Idee ist keine Revolution. Sie funktioniert ähnlich wie der Vorteig Pâte fermentée, enthält anders als der aber kein Salz. Ein Biga oder Sponge ist eher vergleichbar. Diese Idee bekam schnell einen anderen Namen. Denise Pissulla-Wälti nannte ihn Infinity-Vorteig, den unendlichen. So soll er heißen.



Zutaten

- ▶ 250 g Mehl (beliebig)
- ▶ 150 g Wasser (warm – bis 30°C)
- ▶ 0,1 g Frischhefe (oder 1 Prise Trockenhefe)

Die Hefe wird zunächst im Wasser aufgelöst. Am besten geht das mit dem Schneebesen. Das Wasser sollte warm sein, möglichst aber nicht über 30°C.

Dann das Mehl einkneten. Es entsteht ein sehr fester Teig. Die Wahl des Mehls richtet sich nach den eigenen Vorlieben. Weizen und Dinkel sind am besten geeignet, jedes andere Getreide oder glutenfreies Mehl aber auch möglich. BROT-Rezepte nutzen im Infinity-Vorteig immer Weizenmehl 1050, wenn nichts anderes angegeben ist. Das eignet sich aufgrund seiner flexiblen Einsatzmöglichkeiten sehr gut.

Den Teig 1-2 Stunden bei Raumtemperatur anspringen lassen, dann mindestens 2 Tage abgedeckt im Kühlschrank gehen lassen. Wenn sich sein Volumen mindestens verdoppelt hat, ist der Teig einsatzbereit. Soll das schneller gehen, kann man ihn auch abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen. Dann ist er nach 12-18 Stunden bereit.

DER EINSATZ

Der Infinity-Vorteig besteht zu
62,5% aus Mehl
37,5% aus Wasser

Diese Mengen sind zu beachten, wenn man ihn in einem Rezept verwendet. In diesem Verhältnis sollte er auch jeweils aufgefrischt werden.

Nach seinem Debüt auf Facebook wurde der Infinity-Vorteig bereits in unzähligen Rezepten eingesetzt – vom herzhaften Mischbrot bis zum süßen Streuselkuchen. Dabei hängt es immer vom Rezept ab, wie man ihn am besten einsetzt. Je nach Reifegrad kann man als Faustformel zugrunde legen, dass 100 g Infinity-Vorteig der Triebkraft von etwa 2-3 g Frischhefe entsprechen.

DIE IDEE

Der Infinity-Vorteig ist ein Weg, Reinzuchthefer langfristig haltbar zu machen und immer weiter zu vermehren. Dabei ist aber zu beachten, dass das verwendete Mehl, die eigenen Hände wie auch die Umgebung eigene Mikroorganismen mitbringen. Unter ihnen Milchsäurebakterien und wilde Hefen. Über die Zeit können auch sie sich im Teig vermehren. Auf diese Weise besteht die Möglichkeit, dass er sich schleichend in Richtung Sauerteig entwickelt. Das kann aromatisch eine interessante und gute Entwicklung sein. Wer die nicht mag, setzt den Infinity-Vorteig regelmäßig neu an, wenn er sich zu stark in eine ungewollte Richtung entwickelt.

Im Kühlschrank ist der Teig problemlos 2-3 Wochen haltbar. Wichtig ist sauberes Arbeiten, damit sich kein Schimmel bildet. Mit jedem Tag im Kühlschrank wird der Teig besser – es entwickeln sich Fermentationsaromen. Spätestens nach drei Wochen sollte der Teig aufgefrischt werden.

Pflege

Nach jeder Nutzung des Teiges behält man 20-50 g des Infinity-Vorteiges zurück. Diese werden in 150 g warmem Wasser gelöst und wieder mit 250 g Mehl verknetet. Ein Anspringenlassen ist hier nicht mehr nötig, der Teig kann direkt abgedeckt in den Kühlschrank gehen und ist einsatzbereit, wenn er sein Volumen mindestens verdoppelt hat.

Sollten mehr als 50 g Vorteig übrig bleiben, lassen sich Wasser und Mehl entsprechend reduzieren. Immer im selben Verhältnis zueinander. Oder man setzt für das nächste Gebäck etwas mehr Vorteig an. Auch die Wahl des Mehls kann man mit Blick aufs nächste Gebäck variieren.

Der Infinity-Vorteig ist robust und pflegeleicht. Ein Auffrischen genügt alle 2-3 Wochen, die Wahl des Mehls ist dabei flexibel. 🍞

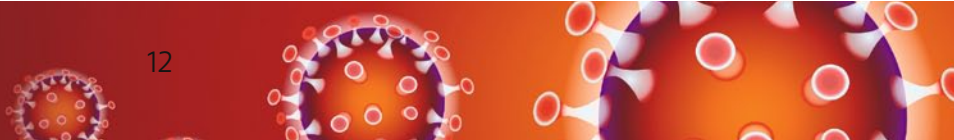


Nach dem Gebrauch wird ein Rest des Infinity-Vorteiges wieder in Wasser gelöst und mit Mehl verknetet



Mit deutlich mehr Mehl als Wasser wird der Teig recht fest


Tipp
0,1 g Frischhefe entspricht etwa der Größe eines Reiskorns





SCHOKGI-ZOPF

Rezept & Bilder: Nadja Alessi

 @little_kitchen_and_more

Teig-Zutaten

- ▶ 350 g Infinity-Vorteig (Rezept auf Seite 12)
- ▶ 270 g Weizenmehl 550
- ▶ 30 g Dinkelmehl Vollkorn
- ▶ 145 g Milch (lauwarm)
- ▶ 75 g Butter (kalt)
- ▶ 50 g Schokotropfen (alternativ 50 g Schokolade nach Wahl gehackt)
- ▶ 30 g Zucker
- ▶ 1 Ei (Größe S)
- ▶ 8 g Salz

Zum Bestreichen

- ▶ 1 Ei

Mit dem Infinity-Vorteig lässt sich neben gutem Brot auch ein wunderbarer Zopf herstellen. Ganz ohne weitere Hefe. Der Teig für diesen Schoko-Zopf wird am Abend vor dem Backtag angesetzt und über Nacht bei Raumtemperatur gehen gelassen. So ist er am Backtag in nur 2 Stunden auf dem Tisch. Auch ohne Schokotropfen ist der Teig ein einfaches Grundrezept für einen Zopf, der sowohl zu Butter und Marmelade als auch zu Herzhaftem passt.



- Die Butter in kleine Stücke schneiden.
- Alle Zutaten – außer Butter und Schokotropfen – 3 Minuten langsam und 4 Minuten schneller zu einem Teig verkneten.
- Die Butter dazugeben und weitere 3-4 Minuten verkneten.
- Den Teig abgedeckt 10-12 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen. Nach 2 Stunden einmal dehnen und falten und dabei die Schokotropfen untermischen.
- Einen Zopf nach Wahl flechten und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen. Abgedeckt 1 Stunde bei Raumtemperatur gehen lassen.
- In der Zwischenzeit den Ofen auf 210°C Ober-/Unterhitze vorheizen und den Zopf mit verquirltem Ei bestreichen.
- Wenn der Ofen 210°C erreicht hat, den Teigling ein zweites Mal mit Ei bestreichen, in den Ofen geben und die Temperatur auf 190°C senken. 30 Minuten backen. 🍴

Schwierigkeitsgrad: ★★☆☆

Getreide: Weizen, Dinkel

Triebmittel: Hefe

Teigkonsistenz: mittelfest

Zeit gesamt: 61 Stunden

Zeit am Backtag: 1,5-2 Stunden

Backzeit: 30 Minuten

Starttemperatur: 210°C

Backtemperatur: 190°C
beim Einschließen

Schwaden: nein



SCHNIPPEL-MIX

Schnell, einfach, unkompliziert – so ist dieser wohlschmeckende Brotbelag. Die meisten Zutaten hat man oft schon im Kühlschrank. Während der Grillsaison wird er einfach in einen Beilagensalat umfunktioniert. Denn mit seiner würzigen Note passt er hervorragend zu kräftigen Speisen vom offenen Feuer.

Rezept & Bild: Gerda Götting

Zutaten

- ▶ 250 g Fleischwurst
- ▶ 100 g Gruyère-Käse
- ▶ 150 g Dattel-Tomaten
- ▶ 3 Eier (hart gekocht)
- ▶ 8 Oliven (in Knoblauchöl)
- ▶ 1/2 Bund Lauchzwiebeln
- ▶ 2 Zwiebeln
- ▶ 3 Chilischoten (rot, klein)
- ▶ 1-2 Knoblauchzehen
- ▶ Schnittlauch
- ▶ 250 g Kräuterfrischkäse
- ▶ 10 g Meerrettich
- ▶ 1-2 Schuss Sprudelwasser
- ▶ Salz
- ▶ Pfeffer
- ▶ Olivenöl

- Wurst und Käse in feine Streifen oder Würfel schneiden.
- Tomaten waschen und in Stücke schneiden.
- Eier pellen und 2 Eier in Würfel sowie 1 Ei in Scheiben schneiden. Die Scheiben zur Seite stellen – sie werden später zum Dekorieren benötigt.
- Lauchzwiebeln waschen und in kleine Röllchen schneiden.
- Zwiebeln schälen, eine in kleine Würfel schneiden, die andere in Ringe. Die Ringe zur Seite stellen – sie werden später zum Dekorieren benötigt.
- Knoblauch schälen und fein hacken.
- Chilischoten in Stücke schneiden. Für weniger Schärfe die Kerne entfernen.
- Kräuterfrischkäse mit Mineralwasser, Knoblauch und Meerrettich zu einer homogenen Masse verrühren. Mit den kleingeschnittenen Zutaten in einer Schüssel vermengen und mit den Gewürzen kräftig abschmecken.
- Auf Brotscheiben verteilen, mit Zwiebelringe, Schnittlauch, Chili, Ei und einem Klecks Meerrettich garniert servieren. 🍴

KÄSE-POLENTAS

Diese saftig-würzigen Schnecken sind mit Käse überbacken. Ihr Geheimnis ist ein Polenta-Kochstück, das nicht nur Saftigkeit, sondern auch ein leckeres Aroma bringt. Mit wenigen Zutaten entstehen herzhaftes Gebäck, die perfekt für das nächste Picknick oder als leckerer Snack zu Frühstück oder Vesper geeignet sind.

☉ Alle Zutaten für den Hauptteig 3 Minuten langsam und danach 4 Minuten schneller zu einem Teig verkneten. Insgesamt 14-16 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen. Nach 1 und 2 Stunden den Teig jeweils einmal dehnen und falten.

☉ Den Teig in 12 Teile von jeweils rund 75-80 g teilen, rundschieben, kurz entspannen lassen und dann 35 Zentimeter lange Stränge formen. Die Stränge zu kleinen Schnecken aufrollen.

☉ Die Oberfläche der Teiglinge mit Wasser bestreichen und in die Mischung aus Reibekäse und Maisgries drücken. Auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech 30-45 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen.

☉ In der Zwischenzeit den Ofen auf 240°C vorheizen. Das Blech in den Ofen schieben, Schwaden und die Temperatur auf 230°C reduzieren. Nach 5 Minuten den Schwaden ablassen und weitere 15 Minuten backen. 🍴

Tipp 1 g Frischhefe entspricht etwa der Größe einer Kichererbse

Kochstück

- ▶ 30 g Maisgries (fein)
- ▶ 180 g Milch (3,5% Fett)

Die Milch in einer Pfanne erhitzen, Maisgries hineingeben und 2 Minuten kochen, bis eine Polenta entsteht. Die Masse in eine Schüssel geben und abdecken. 3 Stunden bei Raumtemperatur abkühlen lassen.

Hauptteig

- ▶ Kochstück
- ▶ 500 g Weizenmehl 550
- ▶ 320 g Milch (kalt, 3,5% Fett)
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 1 g Frischhefe

Zum Bestreuen

- ▶ 30 g Käse (gerieben, nach Geschmack)
- ▶ 10 g Maisgries (fein)

*Ergibt 12 Brötchen

Rezept & Bilder: Nadja Alessi

 @little_kitchen_and_more

*Für Einsteiger
geeignet*

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen, Mais
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	mittelfest
Zeit gesamt:	19-21 Stunden
Zeit am Backtag:	1,5 Stunden
Backzeit:	20 Minuten
Starttemperatur:	240°C
Backtemperatur:	230°C beim Einschließen
Schwaden:	beim Einschließen, nach 5 Minuten ablassen



Text: Michal Šíp

Auf den **zweiten Platz** verwiesen

Roggen

Vor 700 Jahren Brotgetreide Nummer eins in Europa. Ernährungsphysiologisch hervorragend für die menschliche Ernährung. Und doch wird der Roggen zurückgedrängt. Dabei hat das Getreide noch immer eine Menge zu bieten.



Die Körner des Roggens enthalten wichtige Nähr- stoffe und davon mehr als andere Getreidesorten

Zwar ist seine Produktionsmenge hierzulande um etwa den Faktor 10 niedriger als die von Weizen, gleichwohl ist Deutschland mit mehr als 2 Millionen Tonnen der weltgrößte Roggenproduzent. Global gesehen sind es über 11 Millionen Tonnen Roggen, die jährlich geerntet werden. Das macht den Roggen zum Zwergengetreide gegenüber dem Weizen mit seinen mehr als 700 Millionen Tonnen pro Jahr.

Botanisch gehört Roggen, wie alle Getreidearten, in die Ordnung der Süßgrasartigen (Poales) und dort in die Familie Süßgräser (Poaceae). Er ist eine alte Kulturpflanze in gemäßigten Klimazonen, seine Ursprünge führen aber in den Orient, wo er sich als Wildgras ausbreitete.

Seine Unempfindlichkeit gegen Kälte, Trockenheit, Nährstoffmangel oder Schädlinge ist der große Vorteil des Roggens. Dennoch wurde er, verglichen mit anderen Getreidearten, erst relativ spät angebaut. Die Ackerbaukultur, als Nachfolge der Jäger- und Sammler-Gemeinschaften, begann im Neolithikum (Jungsteinzeit).

Diese Periode datiert in Südeuropa um 7.000 v. Chr., in Nordeuropa wurden die Menschen als Ackerbauer erst um 3.000 v. Chr. sesshaft. In archäologischen Funden in Europa ist Roggen für die Zeit zwischen 1.800 und 1.500 v. Chr. nachgewiesen, also ziemlich spät.

Er wurde zunächst auch nicht sehr hoch geschätzt. Der häufig zitierte Plinius der Ältere (23 oder 24 bis 79 v. Chr.), Autor des enzyklopädischen Werkes *Naturalis historia*, nannte Roggen minderwertig und nur dazu geeignet, in Notzeiten den Hungertod abzuwehren.



Und doch wurde er danach für mehr als tausend Jahre zur wichtigsten Brot-Getreidesorte. „Das Korn“ galt als Synonym für Roggen. Im 12. und 13. Jahrhundert war Roggen das unangefochtene Haupt-Brotgetreide.

Vor hundert Jahren noch wurden Roggen-Anleihen an der Weltbörse gehandelt. 1923 gründete man sogar eine Roggen-Rentenbank.

Kulturgeschichtlich vollzog sich danach aber eine Wende, Roggen als Brotfrucht musste

Um das Getreide wieder mehr in den Fokus zu rücken, erklärte das Deutsche Brotinstitut Roggen-Vollkornbrot zum Brot des Jahres



dem Weizen den ersten Platz überlassen, ohne jedoch von seiner Bedeutung als Brotgetreide viel zu verlieren. Der Hauptanteil des heute angebauten Winterroggens wird als Futtermittel verwendet, was übrigens für die gesamte Getreideproduktion gilt. Etwa 60 Prozent davon werden zu Tierfutter.

Roggenerträge sind kleiner als die von Weizen, dafür wächst Roggen auch an Standorten gut, die für den anspruchsvolleren Weizen ungeeignet sind, zu kühl, zu trocken, zu sandig. Bis zu 80 Meter lang können seine Wurzeln werden.

In Europa werden Sommer- wie Winterroggen angebaut. Der Name ergibt sich aus der Anbauzeit. Winterroggen wird in der kalten Jahreszeit angebaut und braucht Bodenfrost, um im Frühjahr gesund zu sprießen. Der Sommerroggen, angebaut während der warmen Monate, hat noch geringere Standort- und Klimaansprüche als der Winterroggen. Er spielt daher eine untergeordnete Rolle, weil er nur an den für andere, ertragreichere Getreidearten ungeeigneten Standorten kultiviert wird. Ansonsten entsprechen seine Eigenschaften weitgehend denen des Winterroggens.

Die Roggen-Verwendung ist vielfältig – an erster Stelle steht das Tierfutter. Erst dann folgt die Verwendung als Nahrungsmittel, Genussmittel (Spirituosenproduktion), für die Energiegewinnung (die Schlempe, das Abfallprodukt der Alkohol-Vergärung, kann in Biogasanlagen genutzt werden), Stroh in der Großtierhaltung, als Silage, aber auch in der Bauwirtschaft als nachwachsender Rohstoff.

Roggen hat einige gewichtige Vorteile, daher auch begeisterte Befürworter. Einige von ihnen haben sogar auf einem Nebenschauplatz dem Weizen den Krieg erklärt („Weizen macht dick, krank und dumm“). Was natürlich Unsinn ist. Vielleicht könnte die Getreidesorte Triticale die Gemüter beruhigen: Eine Kreuzung aus Roggen und Weizen, leider überwiegend als Tierfutter verwendet.



Roggen eignet sich hervorragend zum Ansetzen und Pflegen von Sauerteig

Ernährungsphysiologisch bietet Roggen einiges. Er liefert Mineralstoffe und Spurenelemente wie Kalium, Magnesium, Eisen, Zink, Folsäure sowie Vitamin B1. Die Körner enthalten zu 54 Prozent Kohlenhydrate, 13 Prozent Ballaststoffe, 9 Prozent Eiweiße und zu je 2 Prozent Fette sowie Mineralien. Besonders wertvoll für die Ernährung ist der hohe Anteil an essenziellen Aminosäuren.

Er stabilisiert und senkt den Blutzuckerspiegel, sättigt mehr und längerfristig als andere Backwaren. Auch der Cholesterinspiegel wird positiv beeinflusst, denn die Pflanze enthält kein Cholesterin. Das alles bewirken die enthaltenen, abbaubaren Ballaststoffe, von



Mutterkorn befällt vor allem Roggen. Mit dem Pilz vergifteten sich früher ganze Städte und Dörfer



Aufgrund der Schleimstoffe im Getreide sind Roggen-Teige eine klebrige Angelegenheit. Dafür speichern sie Wasser gut, was Brote länger haltbar macht

denen Roggen mehr als alle anderen Getreidearten hat. Es handelt sich um Schleimstoffe, in diesem Falle um Pentosane.

Sie haben zudem großen Einfluss auf die Teigbildung beim Backen. Im Roggenteig kann, obwohl er Gluten enthält, wegen der Pentosane kein Klebergerüst aufgebaut werden. Dafür nehmen sie viel Wasser auf und speichern es auch während des Backvorgangs. Roggenbrote sind dadurch länger frisch, trocknen nicht so schnell aus.

Roggen hat etwa zwei Drittel weniger Gluten als Weizen. Selbst Dinkelmehl enthält mehr. Und doch ist es für glutenempfindliche Menschen immer noch zu viel Klebereiweiß. Zudem ist er für Allergiker unangenehm. Die Allergene der Roggen-Pollen sind die wirksamsten unter allen heimischen Gräsern.



Roggen hat wenig Ansprüche an den Boden, auf dem er gedeiht

Während der Blütezeiten, bei Roggen Mai und Juni, sollten Allergiker den Roggenfeldern fernbleiben. Wenigstens sind Roggenpollen relativ groß und fliegen daher nicht sehr weit.

Eigentlich ist der Roggen eine sehr unempfindlich Pflanze und widerstandsfähiger auch gegenüber Schädlingen als die meisten anderen Getreidearten. Wenn es nicht das Mutterkorn gäbe, einen Pilz namens *Secale cornutum*, der besonders häufig Roggen befällt. In einer höheren Konzentration können die darin enthaltenen Giftstoffe gefährlich für Mensch und Tier sein.

Das Backen mit Roggen ist grundsätzlich anders als mit Weizen. Nicht ganz so einfach im Vergleich. Die geringen Anteile von Gluten erfordern etwas Geschick und Erfahrung in der Handhabung der klebrigen Teige.

Eine gern und oft wiederholte Weisheit ist die Notwendigkeit von Sauerteig, ohne den



Cholesterin sucht man im Roggen vergebens – eine seiner positiven Eigenschaften

Roggen nicht backfähig sei. Das war mal. Alte Roggensorten enthielten viele und sehr wirksame Enzyme, die Stärke abbauen, wenn sie nicht daran gehindert werden. Ergebnis war eine klitschige Krume.

Gebremst werden mussten die Enzyme durch Versäuerung. Also mithilfe des Sauerteigs. Was dem Roggen auch geschmacklich auf die Sprünge half. Moderner Roggen braucht diese Versäuerung nicht. Er kann mit Hefe gebacken werden. Und über lange Fermentationszeiten kann man auf diesem Weg auch tolle Aromen aus dem Getreide kitzeln. Nachteil: Moderner Roggen neigt zum Trockenbacken. Da kann Sauerteig wiederum gegensteuern.

Trotz all der guten Eigenschaften verdrängt Weizen den Roggen mehr und mehr aus dem menschlichen Speiseplan. Bei rund 8 Kilogramm liegt der Pro-Kopf-Verbrauch in Deutschland statistisch. Das rief in diesem Jahr die Verantwortlichen des Deutschen Brotinstituts auf den Plan. Sie erklärten das Roggen-Vollkornbrot zum Brot des Jahres und wollten damit auch das Getreide ein wenig ins Rampenlicht rücken, das dem menschlichen Körper so viel positives gibt.

„Wir würden es sehr begrüßen, wenn dem Stellenwert des Roggens in der deutschen Brotkultur wieder eine größere Bedeutung beigemessen würde“, sagte Prof. Dr. Meinolf Lindhauer, Mitglied des Wissenschaftlichen Beirats des Deutschen Brotinstituts. „Der Roggen verfügt über besondere ökologische Vorteile: Mit einer verstärkten Nachfrage nach Roggen-Vollkornbrot könnte ein bemerkenswerter Beitrag zur Ausweitung der Fruchtfolge im Pflanzenbau geleistet werden, was zur Biodiversität beitragen würde.“

Entsprechend gibt es auch in jeder Ausgabe BROT ein Roggen-Vollkorn-Rezept. 🍞



KÜRBISKERN-SENF-KRÜSTE

Rezept & Bilder: Claudia Steiner

 @nusschneckerl

Dieses aromatische Sauerteigbrot entsteht aus einem „All-in-one-Teig“. Alles wird zusammengeknetet und ruht dann über Nacht im Kühlschrank, um am nächsten Tag gebacken zu werden. Kurkuma gibt dem Brot eine leuchtend gelbe Farbe.

☉ Alle Zutaten, außer Salz und Schmalz, 4 Minuten langsam kneten, anschließend 5 Minuten auf schneller Stufe kneten. Dann das Salz zufügen, weitere 3 Minuten auf schnellerer Stufe kneten.

☉ Zum Schluss das Schmalz in kleinen Stückchen zugeben und für weitere 3 Minuten auf schnellerer Stufe unterkneten. Der Teig löst sich fast von der Schüssel.



Schwierigkeitsgrad: ★☆☆

Getreide: Weizen, Roggen

Triebmittel: Sauerteig, Hefe

Teigkonsistenz: bindig

Zeit gesamt: 16-18 Stunden

Zeit am Backtag: 45 Minuten

Backzeit: 42-45 Minuten

Starttemperatur: 240°C

Backtemperatur: 220°C

nach 5 Minuten

Schwaden: nein

☉ Den Teig abgedeckt 3 Stunden bei Raumtemperatur ruhen lassen, dabei nach 1 und 2 Stunden jeweils einmal dehnen und falten.

☉ Nach der Ruhezeit den Teig rundformen und mit Schluss nach unten in einem gut bemehlten Gärkorbchen 10-12 Stunden abgedeckt im Kühlschrank ruhen lassen.

☉ Am Backtag den Ofen mit Topf rechtzeitig auf 240°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

☉ Wenn der Ofen heiß ist, den Teigling vorsichtig in den Topf oder aufs vorgeheizte Blech stürzen und in den Ofen schieben. Nach 5 Minuten die Temperatur auf 220°C reduzieren, nach weiteren 20 Minuten den Deckel abnehmen und für weitere 17-20 Minuten backen. 🍴

Tipp
Das Schweineschmalz kann man durch kalte Butter oder Pflanzenöl ersetzen. Bei Öl eventuell etwas weniger Wasser im Hauptteig verwenden.

Brühstück

- ▶ 55 g Kürbiskerne
- ▶ 25 g Senfkörner
- ▶ 70 g Wasser (kochend)

Senfkörner und Kürbiskerne mit dem kochenden Wasser übergießen, gut durchrühren und abgedeckt für mindestens 2 Stunden quellen lassen.

Hauptteig

- ▶ Brühstück
- ▶ 400 g Weizenmehl 550
- ▶ 130 g Roggenmehl 997 (alternativ Roggenmehl 1150)
- ▶ 360 g Wasser (kalt)
- ▶ 50 g Anstellgut (1-2 Tage vorher aufgefrischt)
- ▶ 15 g Schweineschmalz
- ▶ 13 g Salz
- ▶ 13 g Senf (mittelscharf)
- ▶ 10 g Honig
- ▶ 2,5 g Kurkuma (gemahlen)
- ▶ 1 g Pfeffer
- ▶ 1 g Frischhefe





BÄRLAUCH-BROT

Vorteig

- ▶ 80 g Dinkel-
mehl 630
- ▶ 80 g Wasser (kalt)
- ▶ 1 g Frischhefe

Die Zutaten gut vermischen und abgedeckt 30 Minuten bei Raumtemperatur anspringen lassen, dann über Nacht (oder bis zu 48 Stunden) in den Kühlschrank stellen.



Brot mit frischem Bärlauch ist eine echte Delikatesse, die sich Bärlauchfans nicht entgehen lassen sollten. Allein der Duft, wenn das Gebäck aus dem Ofen kommt, ist unbeschreiblich lecker. Wer sich selbst davon überzeugen will, hat mit diesem Rezept die Gelegenheit dazu. Und kann sich auf ein einfaches Dinkel-Mischbrot mit langer Teigführung freuen.

● Den Bärlauch waschen, mit einem Geschirrtuch gründlich trocken tupfen und dann fein hacken.

● Mehl und Salz zusammen mit dem Vorteig und dem Quellstück 3 Minuten auf langsamer Stufe verkneten.

● Dann das Olivenöl zugeben und weitere 5 Minuten auf schnellerer Stufe zu einem glatten Teig verkneten. Zum Schluss den Bärlauch kurz unterkneten, bis er gleichmäßig im Teig verteilt ist.

● Den Teig in eine dünn geölte Schüssel legen und etwa 2,5-3,5 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur zur Gare stellen.

● Danach den Teig rundformen, in ein bemehltes Gärkorbchen geben und nochmals für 1 Stunde zur Gare stellen.

● Den Ofen mit Backblech auf 240°C Ober-/Unterhitze vorheizen, das Brot aus dem Gärkorbchen aufs heiße Blech kippen und gut schwaden. Nach 10 Minuten den Schwaden ablassen, die Temperatur auf 200°C reduzieren und weitere 40 Minuten fertig backen. 🍴

Quellstück

- ▶ 360 g Wasser
- ▶ 5 g Frischhefe
- ▶ 5 g Flohsamenschalen (gemahlen)

Alle Zutaten mit einem Schneebesen gut verrühren und 10 Minuten quellen lassen.

Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ Quellstück
- ▶ 200 g Dinkelmehl 630
- ▶ 70 g Roggenmehl 1150
- ▶ 70 g Emmermehl Vollkorn (alternativ Dinkelmehl Vollkorn)
- ▶ 80 g Bärlauch (frisch)
- ▶ 14 g Salz
- ▶ 10 g Olivenöl

Tipp

Wer keinen frischen Bärlauch hat, kann auch 20 g getrockneten Bärlauch verwenden.

Rezept & Bilder: Debora Gaedtke
meine-kuechengeheimnisse.blogspot.com

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Dinkel, Roggen, Emmer
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	weich, leicht klebrig
Zeit gesamt:	20,5-56,5 Stunden
Zeit am Backtag:	5-6 Stunden
Backzeit:	50 Minuten
Starttemperatur:	240°C
Backtemperatur:	200°C nach 10 Minuten
Schwaden:	beim Einschließen, nach 10 Minuten ablassen



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



VIelfalt in Hannover
Bäckerei Borchers

GLUTENFREI
So werden Teige gut



GÄRKÖRbCHEN
Die richtige Wahl

SAUERTEIG-SCHULE
Wie man Aroma steuert



5,90 EUR
A: 6,50 EUR



GRILL-SPEZIAL
Leckere Gebäcke für die Saison

SAUERTEIG-SCHULE
So gelingt die Führung

PROZENTRECHNUNG
Brot-Rezepte selbst entwickeln

HIRSE
Geschmackvoll glutenfrei

Ein Stück Geschichte Italiens

Pane di Matera

5,90 EUR
A: 6,50 Euro, CH: 7,50 Euro

IM HEFT
Mehr als 30 Rezepte für gelingsichere Brote und Aufstriche

Jetzt bestellen!

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



Text & Bilder:
Anika Mester

Die Geschichte des Pane di Matera erzählt auch viel über die Geschichte jener Stadt, die ihm seinen Namen gab. Es ist die Geschichte alter Brotkultur, die in Vergessenheit geriet und seit einigen Jahren von Menschen wie Giacinto Perrone wieder zum Leben erweckt wird. Er holt Geschichte in die Gegenwart und gibt ihr ein modernes Gesicht.

Pane di **Matera**

Eine Stadt und ihr Brot





Gebacken wird bei Pane e Pace ausschließlich mit alten Hartweizen-Sorten



Giacinto Perrone klopft gegen den Boden des Brotes in seiner Hand und horcht: „Ganz wichtig ist die Kruste. Das Innere braucht Luftzufuhr und muss trotzdem feucht bleiben. Anderthalb Zentimeter sind ideal.“ Ein kompakter Ton erklingt. Der Bäcker hält sein Meisterstück in den Händen. Einen gewaltigen 10-Kilo-Laib in Halbmondform. Oder wie der Materaner sagen würde: In Form eines Cornetto, eines Hörnchens, das man zum Frühstück mit einem Espresso isst.

Es ist später Vormittag, Giacinto steht in der Backstube seiner Bäckerei Pane e Pace. Hinter ihm werden gerade Mandelkekse in den mannshohen Holzofen geschoben. Neben ihm stapeln sich Bleche mit Focaccia, rot, grün, gelb. Mal mit Tomaten, mal mit Zucchini belegt, mal ganz einfach pur. Vor ein paar Stunden noch wurden hier Brotlaibe

für den neuen Tag gebacken: „Unsere Bäcker fangen um 24 Uhr an zu arbeiten, um 7 Uhr öffnen wir den Laden. Vor allem die Alten hier wollen ihr Brot morgens noch ganz frisch und warm aus dem Ofen kaufen.“

Giacinto ist ein Hüne mit grau meliertem Haar. Die große, vom Sommer noch braun gebrannte Hand wirkt fast klein, wenn sie das Brot umschließt. Giacinto hat die Bäckerei

*Vor 60 Jahren als „Schande Italiens“ verbrämt,
ist die einstige Höhlenstadt heute Weltkulturerbe*





Als die Leute nach 250-Gramm-Brotten fragten, war Schluss. Jetzt werden wieder bis zu 15 Kilo schwere Laibe gebacken

zusammen mit seiner Frau Lucia von den Schwiegereltern übernommen. Sein Vater war Unternehmer, seine Mutter Hausfrau. Mit Backen hatte er eigentlich nichts am Hut. Bis er die Bäckerstochter Lucia traf. „Aus Liebe“ lernte er backen, ging beim Schwiegervater in die Lehre. Heute vertritt er das Erbe des wohl imposantesten Brotes Süditaliens.

Der Ort des Geschehens, Matera – Hauptstadt der Basilikata und UNESCO Weltkulturhauptstadt 2019 – ist weniger Stadt als vielmehr ein aus Tuffstein gehauenes Monument. Und das Pane di Matera passt zu dieser Stadt wie die Sonne zum Süden. Das Brot erinnert mit den tiefen Furchen nicht nur optisch an ein Felsmassiv der Murgia-Hochebene, auf der Matera liegt. Am Brot lässt sich auch die Geschichte dieser Stadt erzählen.

„Brot in dieser Größe war schon ausgestorben. Dabei waren gerade die großen Laibe früher ganz normal in Matera“, erklärt Giacinto.

Reist man in der Geschichte zurück, ist Brot immer schon das Nahrungsmittel Nummer eins in der Stadt. Pasta, zu der immer auch eine Sauce – ein Sugo – gehört, konnten sich nur die reichen Familien regelmäßig leisten. Der Großteil der Bevölkerung hingegen lebte von Sauerteigbrot aus lokalem Hartweizen, dem Grano Duro.

An den Wänden der Backstube stehen in verschiedenen Schriften Wörter wie Adamello, Isildur, Cannizzo. Es sind die Namen alter Grano-Duro-Sorten. Der Hartweizen aus der Gegend um Matera war schon in der Antike für seine Qualität bekannt.

„Die Getreidesorte ist wichtig. Laut den Bestimmungen der geschützten Ursprungsbezeichnung muss ein Brot, das als Pane di Matera bezeichnet wird, mindestens 20 Prozent Hartweizenmehl aus antiken Sorten enthalten, das von Feldern rund um Matera stammt. Bei



Bedeckt mit dem leuchtend gelben Olivenöl der Basilikata, wird das Brot zum Pan con olio

uns sind es 100 Prozent.“ Und mit Blick auf die Namen erklärt Giacinto: „Bisher haben wir dafür mit der bekannten Sorte Senatore Cappelli gearbeitet, aber weil es dafür inzwischen ein Saatgut-Monopol in der Emilia-Romagna gibt, stellen wir auf die noch ältere Sorte Saragolla um.“

Sonnenliebender Hartweizen, der wie Weichweizen vom Emmer-Getreide abstammt, wird traditionell in Süditalien angebaut. Er ist auch unter dem Namen Durumweizen bekannt und im Mittelmeerraum verbreitet.

Vom ab der Poebene angebauten Weichweizen unterscheidet sich Hartweizen vor allem in der Protein-Zusammensetzung. Er enthält mehr Klebereiweiß und aufgrund seiner Struktur bindet das die Stärke fester an sich. Beim Kochen wird sie daher weniger ausgeschwemmt. Hartweizen ist außerdem reich an gelben Farb-Pigmenten. Deswegen ist die Pasta aus Apulien oder Kampanien auch so gelb, obwohl sie ohne Ei hergestellt wird. Und deswegen leuchtet das Pane di Matera im Inneren wie eine goldene Nachmittagssonne.





*Mit Holz wird nachts der Ofen für
das Pane di Matera geheizt*



In Italien wird Mehl auch sprachlich unterschieden, je nachdem von welchem der beiden Getreide es stammt. Semolina bezeichnet gemahlene Hartweizen, der vor allem für Pasta verwendet wird. Farina ist das Mehl aus Weichweizen. Das Pane di Matera wird aus Semola rimacinata hergestellt, also sehr feinem, doppelt vermahlenem Hartweizengrieß.

Zurück zur Geschichte der Stadt. Die Materaner lebten über Jahrhunderte in den in Tuffstein geschlagenen Höhlenbehausungen, den so genannten Sassi. Deren beeindruckende Kulisse ist der Grund, warum Matera zur Touristenhochburg und zum Schauplatz mehrerer Jesusfilme wurde.

2004 dreht Mel Gibson hier „The Passion of the Christ“. Seitdem hat sich die Bettenzahl der örtlichen Hotels verzehnfacht. Spaziert man durch das verwinkelte System der Sassi kann man es erahnen: Vor Jahrtausenden war hier einmal das Meer.

In vielen Wänden lassen sich noch versteckte Überreste von Muscheln und Schnecken erkennen. Im Inneren der Sassi sorgt der Tuffstein für eine konstante kühle Temperatur und Luftzirkulation. Hier lebten die Familien in einem Stockwerk-System gemeinsam mit den Tieren. Und hier setzten die Hausfrauen alle zwei Wochen den Brotteig an. Wenn sie vom familieneigenen Sauerteig nichts vom letzten Brot aufbewahrt hatten, wurde er neu aus eingeweichten Früchten, meist getrockneten Trauben, angesetzt. So ist es überliefert.

„Heute“, erklärt Giacinto, „backen von den 20 Bäckereien in Matera vier ihre Brote noch mit Sauerteig. Die anderen verwenden Backhefe. So schafft man nämlich drei Ofengänge in der Nacht. Bei Sauerteig sind es aufgrund der langen Gare nur zwei.“





Teig war früher Familiensache, der Bäcker schob ihn nur in den Ofen. Mit Stempeln markierten die Familien ihre Laibe

Natürlich kostet unser Brot dann mehr. Aber es ist auch klar, dass es sich länger hält und besseres Aroma hat.“

Geschmackliche Finesse spielte früher, wenn überhaupt, eine untergeordnete Rolle. Viel wichtiger war die Haltbarkeit des Brotes. Die garantierte den Hirten und Feldarbeitern auf der karstigen Hochebene relative Ernährungssicherheit. Der angesetzte Teig musste das Überleben der Familie für die nächsten zwei Wochen sichern.

War er fertig geknetet, hörte die Frau meist schon die Trompete des herannahenden Garzone. Der Brotträger brachte den Teig zum Forno, einem der öffentlichen Gemein-

schaftsöfen. Er brauchte kräftige Arme – je nach Größe der Familie wegen die Laibe bis zu 15 Kilogramm. Ein 10-Kilo-Laib, wie ihn Giacinto in seiner Bäckerei

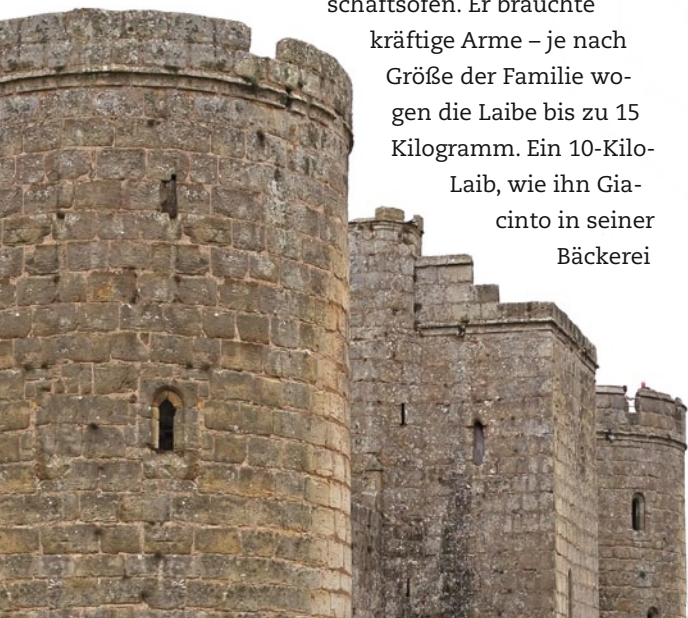
Pane Pace heute wieder backt, war einmal ganz normal in Matera.

Im Forno wurden die Brotlaibe der Familien schließlich gebacken. Zur Wiedererkennung war jeder Laib mit dem Abdruck des Familienstempels markiert.

Die Aufgabe des Bäckers bestand also rein im Abbacken, der Teig selbst war Privatsache. Das änderte sich in den 1960er-Jahren rapide. Nach dem Zweiten Weltkrieg galten der italienische Regierung die Bewohner der Sassi aufgrund ihrer Lebensbedingungen als „Schande Italiens“. Mensch und Tier hausten gemeinsam ohne Strom oder Heizung auf engstem Raum. Es gab kein fließend Wasser, keine vernünftige Kanalisation.

Der piemontesische Schriftsteller Claus Levi schrieb darüber in seinem 1945 erschienen Roman „Christus kam nur bis Eboli“, er habe noch „nie so ein Elend gesehen“. So erließ die italienische Regierung 1952 ein Gesetz, nach dem die Materaner/innen in eine Neustadt in der Peripherie umsiedeln mussten. Die wurde im Norden gebaut. Die Altstadt Materas steht seit 1993 wiederum auf der UNESCO-Welterbe-Liste.

Mit der Räumung der Sassi veränderten sich die Lebensgewohnheiten und damit die Brotkultur von Matera. Die alten Gemeinschaftsöfen wurden geschlossen, Teige nicht mehr zuhause angesetzt, sondern in Bäckereien. Er hieß nun auch nicht mehr Fornare, sondern wurde zum Panettiere. Verloren ging damit nicht nur eine Vielzahl an Sauerteigen, sondern auch die Tradition der großen Brotlaibe. Nun hatten die Menschen schließlich die Möglichkeit, ihr Brot jeden Tag frisch zu kaufen.





In den Restaurants in und um Matera gehört das Brot traditionell auf den Tisch



Cornetto nennen sie die Form in Matera - Hörnchen. Die Kruste ist bei großen Laiben bis zu anderthalb Zentimeter dick

Giacinto erzählt: „In den 1970ern, als ich ein Kind war, hatte sich der Lebensstil schon geändert. Mehr und mehr Bäcker verwendeten Backhefe statt Sauerteig. Die lange Haltbarkeit war nicht mehr nötig. Sein täglich Brot kaufte man in Bäckereien so frisch und so oft man wollte.“ Die Laibe schrumpften zu 1-, maximal 2-Kilo-Modellen. „Das eigentliche Problem ist doch“, erklärt der Bäcker, „dass heute einfach weniger Brot gegessen wird. Der Ernährungsstil der Menschen ist ganz anders als noch vor 70 Jahren. Brot wird nur noch als

Begleiter gegessen. Doch gerade für Matera ist Brot so wichtig. Als die Leute auf einmal nach 250-Gramm-Laiben fragten, reichte es mir.“

Seit 2004 lässt Giacinto wieder Brot in größeren Laiben backen. 5, 10 oder 15 Kilo wiegen nun die Teiglinge, die Nacht für Nacht neben den kleineren Exemplaren in den Ofen geschoben werden.

Das Pane di Matera hat seit 2006 den IGP-Status der geschützten Herkunftsbezeichnung.

Wie viele Städte in den Regionen Italiens, hat auch Matera das Problem abwandernder Jugendlicher





Im Tuffstein der Sassi findet man Spuren des Meeres, wie zum Beispiel Muschel-Abdrücke

Das Brot mit der dicken Kruste und der üppigen Krume wird in den Reiseführern und auf den Speisekarten angepriesen. Man isst es als Pan con olio, bedeckt mit dem leuchtend gelben Olivenöl der Basilikata oder wischt die letzten Reste des Tomatensugos aus dem Teller. Ein Restaurant bietet sogar ein Brotmenü zur Degustation an.

Wird Giacinto gefragt, ob das mächtige Brot nicht etwas aus der Zeit gefallen sei, muss er nicht lange nachdenken: „Ganz und gar nicht. Es geht ja nicht darum, genau dasselbe Produkt wie vor 200 Jahren herzustellen. Aber die großen Laibe erzählen die kulinarische Geschichte dieser Stadt. Wir haben die Verantwortung, diese Geschichte am Leben zu halten.“

Dafür, weiß er, müssen sie auch die Arbeitsbedingungen in der Bäckerei anpassen. In Matera sei die Situation wegen des Tourismus' etwas besser als im Rest der Basilikata. Aber auch hier haben sie mit einem hohen Weggang von Jugendlichen zu kämpfen.

Giacinto ist sich sicher: „Damit es eine neue Generation Bäcker in Matera geben kann, werden wir die Arbeitszeiten irgendwann ändern müssen. Die Jungen wollen nicht mehr



Neben den großen werden auch noch kleinere Laibe für den täglichen Bedarf gebacken

in der Nacht arbeiten. Und das ist ja auch total ok. Dann müssen sich die Alten vielleicht auch mal etwas umstellen.“

Inzwischen hat das sich Pane die Matera einen Namen auch außerhalb der Stadt gemacht. Irgendwann hörten nicht nur Restaurants in Norditalien von dem großen Brot aus der Basilikata, sondern auch der Feinkosthandel Dallmayr in Deutschland. Einmal pro Woche gehen nun 10-Kilo-Laibe auf die Reise über den Brenner. Und die Kunden stehen Schlange, um eine Scheibe zu ergattern.

„Wenn sie dann ihr Brot woanders sehen, in Triest oder in Deutschland macht es die Materaner stolz“, berichtet Giacinto. Vielleicht ist das der beste Weg eine lokale Spezialität zu erhalten - indem man sie exportiert. Letztens, erzählt er zum Abschied, sei ein Prinz aus Abu Dhabi in die Stadt gekommen. Wenn alles gut geht, sollen in der Wüste bald große Laibe wie in Matera entstehen. Vor einem Monat ist Giacinto schon mal mit einem seiner Bäcker rüber geflogen, um zur Probe zu backen, den Hartweizen im Gepäck. 🍞



Quasi Matera

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆

Getreide: Hartweizen

Triebmittel: Sauerteig

Teigkonsistenz: fest

Zeit gesamt: 17-24 Stunden

Zeit am Backtag: 5-6 Stunden

Backzeit: 30-35 Minuten

Starttemperatur: 300°C

Backtemperatur: 240°C
beim Einschließen

Schwaden: nein



Ein echtes Pane di Matera gibt es nur im italienischen Matera. Aber warum nicht versuchen, ihm nahe zu kommen? Man benötigt nur wenige Zutaten. Italienisches Brot verzichtet oft aufs Salz. Das ist die nordeuropäische Zunge nicht gewöhnt. Also wird hier ein wenig in den Teig gegeben. Und dann versucht, ein bisschen Holzofen-Klima zu erzeugen.

- 🕒 Die Zutaten 10 Minuten langsam, 9 Minuten schnell kneten, dann den Teig 4-5 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur ruhen lassen.
- 🕒 Den Ofen rechtzeitig (mindestens 45 Minuten) auf 300°C Umluft vorheizen.
- 🕒 Den Teig aus der Schüssel vorsichtig direkt auf das Backpapier geben. Leicht bemehlen und mit bemehlten Händen eine Längsseite des Teiges vorsichtig bis zur Hälfte des Teiglings umschlagen. Die umgeschlagene Seite mit dem Messer einschneiden.
- 🕒 Den Teigling in den Ofen geben und bei 240°C Umluft 30-35 Minuten backen. 🍴

Sauerteig

- ▶ 250 g Hartweizenmehl
- ▶ 250 g Wasser (warm)
- ▶ 25 g Anstellgut

Die Zutaten gut vermengen und dann abgedeckt 12-18 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 350 g Hartweizenmehl
- ▶ 170 g Wasser (eiskalt)
- ▶ 9 g Salz

Tipp

Wenn der Backofen nur bis 250°C heizt, startet man mit dieser Temperatur und senkt sie erst 10 Minuten nach Backbeginn.

Rezept: Sebastian Marquardt
Bild: Jan Schnare

Infinity-Zwirbel

Bei guter Pflege kann man den Infinity-Vorteig tatsächlich ewig weiterführen. Auf diese Weise hat man immer einen Vorteig im Kühlschrank, mit dem man direkt loslegen kann. Zum Beispiel mit diesem Sommer-Zwirbel. Wichtig ist, dass man ihn quer legt. Schließlich soll er keine Acht darstellen, sondern das Unendlichkeits-Zeichen.

- Die Zutaten in der Knetmaschine 15 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann 8 Minuten schnell kneten.
- Den Teig abgedeckt bei Raumtemperatur 5-8 Stunden gehen lassen.
- Aus dem Teig eine etwa 80 cm lange Rolle formen und dann in Form einer 8 auf ein Backpapier legen. So abgedeckt 60 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.
- Den Teigling unter Schwaden bei 250°C Ober-/Unterhitze in den gut vorgeheizten Backofen geben, die Temperatur sofort auf 220°C senken und insgesamt 30 Minuten backen. Nach den ersten 10 Minuten den Schwaden ablassen. ■

Teig-Zutaten

- ▶ 400 g Infinity-Vorteig (Rezept auf Seite 12)
- ▶ 350 g Weizenmehl 1050
- ▶ 250 g Wasser
- ▶ 12 g Salz

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	fest
Zeit gesamt:	7-10 Stunden
Zeit am Backtag:	7-10 Stunden
Backzeit:	30 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	220°C beim Einschießen
Schwaden:	bei Einschießen, nach 10 Minuten ablassen





Rezept: Sebastian Marquardt
Bild: Jan Schnare

Rezept: Sebastian Marquardt
Bild: Jan Schnare



Schwierigkeitsgrad: ★★★☆☆

Getreide: Roggen

Triebmittel: Sauerteig

Teigkonsistenz: weich, klebrig

Zeit gesamt: 17-29 Stunden

Zeit am Backtag: 2,5-3 Stunden

Backzeit: 50 Minuten

Starttemperatur: 280°C

Backtemperatur: 230°C
beim Einschließen

Schwaden: nein

Tipp

Wenn der Backofen nur bis 250°C heizt, startet man mit dieser Temperatur und senkt sie erst 10 Minuten nach Backbeginn.

Bohnen- Bernd

Roggen-Vollkornbrot ist Brot des Jahres 2020. Per Definition darf es bis zu 10 Prozent eines anderen Mahlproduktes beinhalten. Diese Regel kommt hier zum Tragen. Bohnenmehl bringt nicht nur einen anderen aromatischen Dreh in den Teig, sondern auch wertvolle Proteine.

Quellstück

- ▶ 60 g Bohnenmehl
- ▶ 100 g Wasser

Die Zutaten gründlich vermischen und 4-12 Stunden bei Raumtemperatur quellen lassen.

Hauptteig

- ▶ Quellstück
- ▶ 10 g Anstellgut
- ▶ 600 g Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 530 g Wasser (warm)
- ▶ 13 g Salz

☉ Die Zutaten gründlich vermengen und abgedeckt 10-14 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

☉ Den Teig auf einer gut bemehlten Fläche zu einem Laib formen und im Gärkorb 90-120 Minuten gehen lassen, bis sich deutlich Risse an der Oberfläche zeigen.

☉ Den Teigling vorsichtig aus dem Gärkorb stürzen und im gut vorgeheizten Backofen bei 280°C fallend auf 230°C 50 Minuten backen. ■

Maisje

Grobes Maisschrot gibt diesem Brot einen rustikalen Biss. Geschmacklich aber ist es mild und schmeichelt dem Gaumen eher. Das macht es perfekt für jeden Anlass – pur zum Salat oder belegt für die Brotdose. Ein Allrounder für jede Gelegenheit.

Vorteig

- ▶ 200 g Weizenmehl 1050
- ▶ 200 g Wasser (eiskalt)
- ▶ 1 g Frischhefe

Die Zutaten vermischen und bei Raumtemperatur abgedeckt etwa 12-20 Stunden reifen lassen.



Brühstück

- ▶ 200 g Maisgries (Polenta)
- ▶ 230 g Wasser (kochend)
- ▶ 13 g Salz

Polenta und Salz mit dem heißen Wasser übergießen, gründlich vermischen, abkühlen lassen und dann für 12-48 Stunden zum Quellen in den Kühlschrank stellen.

Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ Brühstück
- ▶ 250 g Weizenmehl 550
- ▶ 1 g Frischhefe



☉ Alle Zutaten 5 Minuten auf niedrigster Stufe, dann 7 Minuten auf höherer Stufe kneten.

☉ 2,5 Stunden Gare bei Raumtemperatur, dabei alle 30 Minuten dehnen und falten.

☉ Den Teig rundwirken und im bemehlten Gärkorb mit Schluss nach unten 60 Minuten gehen lassen.

☉ Den Teigling aus dem Gärkorb stürzen, einschneiden und bei 250°C Ober-/Unterhitze fallend auf 220°C im gut vorgeheizten Backofen mit Dampf 50 Minuten backen. Nach 10 Minuten den Dampf ablassen. ■

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen, Mais
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	fest, bindig
Zeit gesamt:	17-25 Stunden
Zeit am Backtag:	5 Stunden
Backzeit:	50 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	220°C nach 10 Minuten
Schwaden:	beim Einschließen, nach 10 Minuten ablassen





Rezept: Sebastian Marquardt
Bild: Jan Schnare

Dinkel- Waltraud

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Dinkel
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	weich
Zeit gesamt:	16-22 Stunden
Zeit am Backtag:	3,5 Stunden
Backzeit:	45 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	230°C nach 10 Minuten
Schwaden:	nach 1 Minute, nach 10 Minuten ablassen

Endlich mal ein Nussbrot, in dem man die Nüsse auch spürt. Sie geben dem Teig eine dunkle Färbung und betonen so das gesunde Vollkorn. Der Dinkelteig bietet den Walnüssen eine perfekte Bühne, beide Aromen ergänzen sich hervorragend in diesem herzhaften Laib.

☉ Alle Zutaten – außer das Brühstück – 10 Minuten langsam mischen, dann noch einmal 2 Minuten schneller kneten.

☉ Die abgespülten und abgetropften Walnüsse (Brühstück) zum Teig geben und 1-2 Minuten langsam unterkneten.

☉ 90 Minuten Reifezeit abgedeckt bei Raumtemperatur in der Schüssel, dabei alle 30 Minuten dehnen und falten.

☉ Den Teig rundwirken und mit dem Schluss nach unten 60 Minuten im Gärkorb zur Gare stellen.

☉ Den Teigling vorsichtig aus dem Gärkorb stürzen und im gut vorgeheizten Backofen bei 250°C Ober-/Unterhitze 50 Minuten backen. Nach 10 Minuten die Temperatur auf 230°C senken.

☉ Nach 1 Minuten gut schwaden. Nach 10 Minuten Schwaden ablassen. 🍴

Tipp

1 g Frischhefe entspricht etwa der Größe einer Kichererbse

Sauerteig

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

Zutaten gut vermengen und dann abgedeckt 12-18 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.



Brühstück

- ▶ 200 g Walnüsse
- ▶ Wasser (kochend)

Die Nüsse mit dem kochenden Wasser übergießen, bis alle reichlich bedeckt sind. Dann abgedeckt abkühlen lassen.



Kochstück

- ▶ 50 g Dinkelmehl Vollkorn
- ▶ 200 g Wasser (kalt)

Das Mehl in das noch kalte Wasser einrühren, das Gemisch unter Rühren zum Kochen bringen, bis es die Konsistenz eines dicken Breis annimmt. Dann abgedeckt abkühlen lassen.

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Kochstück
- ▶ Brühstück
- ▶ 300 g Dinkelmehl Vollkorn
- ▶ 120 g Wasser (eiskalt)
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 2 g Frischhefe

Rezept: Sebastian Marquardt
Bild: Jan Schnare

Auch herzhaftes Mischbrot lässt sich aus dem Infinity-Vorteig herstellen. Während seiner Zeit im Kühlschrank entwickelt so ein Teig herrliche Fermentationsaromen, von denen auch das Mischbrot profitiert. Unterstützt werden sie vom Roggen-Vollkornmehl, das die Leichtigkeit des Weizens um eine rustikale Note ergänzt.

- ☉ Die Zutaten in der Knetmaschine 15 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann 4 Minuten schnell kneten.
- ☉ Den Teig bei Raumtemperatur abgedeckt 5-8 Stunden gehen lassen.
- ☉ Auf einer bemehlten Arbeitsfläche den Teig langformen und 60 Minuten mit Schluss nach oben im Gärkorb zur Gare stellen.
- ☉ Den Teigling aus dem Gärkorb stürzen, einschneiden und bei 250°C Ober-/Unterhitze in den gut vorgeheizten Backofen geben, die Temperatur sofort auf 230°C senken und 50 Minuten backen. 🍞

Teig-Zutaten

- ▶ 380 g Infinity-Vorteig (Rezept auf Seite 12)
- ▶ 250 g Weizenmehl 1050
- ▶ 150 g Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 310 g Wasser (kalt)
- ▶ 13 g Salz

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad: ★☆☆

Getreide: Weizen, Roggen

Triebmittel: Hefe

Teigkonsistenz: fest

Zeit gesamt: 7-9 Stunden

Zeit am Backtag: 7-9 Stunden

Backzeit: 50 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 230°C

beim Einschließen

Schwaden: beim Einschließen,
nach 10 Minuten ablassen



Mischbrötchen



Rezept: Sebastian Marquardt
Bild: Jan Schnare

LESE RBROT

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



Ich habe heute Michél aus BROT 03/2020 gebacken. Das Brot ist sehr einfach und ohne viel Arbeit vorzubereiten. Der Geschmack ist toll, die Krume schön weich und die Kruste sehr knackig. Ein tolles Rezept, das es bei uns öfter geben wird. Ebenso wie das 6-Korn-Vollkorn, das ich ebenfalls ausprobiert habe und von dem ich auch so begeistert bin.

Ingrid Lopic



Aus der letzten Ausgabe habe ich gleich zwei Brote nachgebacken: Schrot-Jochen und Bernadette. Schrot-Jochen ist perfekt für alle, die es gern etwas körniger mögen. Aber auch Bernadette ist geschmacklich super lecker und sehr zu empfehlen.

Melanie Neder-Trauth

Ich habe zweimal das Wiehengebirge gebacken. Dabei kam Sauerteig Marvin zum Einsatz, der gezeigt hat, was er kann. Die Ergebnisse können sich sehen lassen, die Brote sind sehr lecker geworden.

Inge Susewind



Ich habe mich für den Vanille-Marzipanzopf aus der letzten BROT-Ausgabe entschieden. Der Duft von Marzipan,

der aus der Schüssel stieg, war bereits umwerfend.

Nun bin ich gespannt auf den Anschnitt.

Isabelle Nünninghoff



Das schwäbische Leinbrot aus BROT 03/2020 hat es mir angetan. Allerdings habe ich es im Römertopf gebacken, was wunderbar geklappt hat.

Anja Strohmeier

Für Michél aus **BROT** 03/2020 habe ich zwei Drittel Weizenmehl 550 und ein Drittel Sauerteig aus Roggenvollkornmehl verwendet. Das Brot ist recht hell geworden, da ich Lichtkornroggenmehl eingesetzt habe. Da ich überlesen hatte, dass es für die Stückgare nochmal bis zu 20 Stunden in den Kühlschrank gehen sollte,



habe ich zusätzlich 1 Gramm Hefe in den Hauptteig gegeben. Der durfte dann zur Stockgare 2 Stunden in den Kühlschrank, danach 2 Stunden auf die Fensterbank. Die Stückgare dauerte etwa 1 Stunde, bevor ich im vorgeheizten Gusstopf gebacken habe. Herausgekommen ist ein saftiges Brot mit einer dünnen, splittigen Kruste.

Christine Brehm

Die Ruch-Joghurt-Zwirbel aus der letzten **BROT**-Ausgabe habe ich mit einer kleinen Änderung gebacken: Ich hatte nur Joghurt mit 1,5% Fett im Haus und habe zwei größere Zwirbel gemacht statt drei. Das Ergebnis ist sehr lecker geworden.

Marianne Barobier



Ich habe das 6-Korn-Vollkorn aus **BROT** 03/2020 gebacken.

Dafür habe ich meine Körner zu Mehl verarbeitet und 5 Minuten auf schnellster Stufe geknetet. Das Brot ist zwar etwas flach geworden, das ist aber auch kaum verwunderlich, wenn man das Muster vor dem Einschließen zweimal



ändert. Die Konsistenz ist außen knusprig und innen überraschend locker.

Jacqueline Rief



Für das Bernadette-Brot aus **BROT** 03/2020 habe ich Roggenvollkornmehl statt 1370 verwendet und die Stockgare auf anderthalb Stunden reduziert, da mein Sauerteig ordentlich Triebkraft hat. Ein tolles Rezept, das ich sicher nochmal backen werde.

Rouven Montagna



Der Vanillezopf ist ein traumhaft leckeres Rezept. Den gibt es hier bald wieder, da er immer viel zu schnell aufgegessen ist.

Anke Kiefer

Das Knollenbrot aus **BROT** 03/2020 ist ein tolles und einfaches Brot, das mache ich bestimmt bald wieder.

Regina Schuler



Heute früh wanderte Michél aus der Ausgabe 03/2020 in den Ofen. Ich habe es im Topf gebacken und es riecht bereits jetzt sehr gut.

Susi Wagner





Bei mir sind es die Sattmacher-Brötchen aus der letzten Ausgabe geworden. Und sie sind so gut gelungen, dass ich meine Lievito Madre direkt nochmal gefüttert habe – für eine nächste Fuhre.

Doris Kral

Der Vanillezopf ist ein tolles Rezept und wird auf jeden Fall nochmal gebacken, da er sehr schnell und leicht gemacht ist. Beim nächsten Mal backe ich ihn allerdings noch mit Rosinen.

Rebecca Heinzl



Obwohl ich mit Teigen mit Roggen und ohne Hefe bislang keine guten Erfolge erzielen konnte, habe ich mich an Michél gewagt. Mein Anstellgut ist im letzten Jahr richtig gut geworden und so konnte ich dieses hübsche Brot aus dem Ofen ziehen. Ich habe es im Topf gebacken, da ich den Moment liebe, wenn ich nach dem Ende der Backzeit den Deckel abhebe und mich ein wunderschönes Brot anlächelt.

Dany Weber



Die Roggen-Dinkelbrötchen aus BROT 03/2020 habe ich nachgebacken. Sie waren echt lecker.

Timo Wundsam



Für das Knollenbrot habe ich statt Dinkelmehl 1050 Dinklruchmehl verwendet, statt Roggenmehl Farina Integrale und die Kartoffelflocken habe ich durch Kartoffelpüree ersetzt. Das Brot ist toll geworden.

Birgit Thiel

Bei mir kam das Schwäbische Leinbrot aus dem Ofen. Den Vorteig habe ich mit Hefewasser angesetzt und fürs Kochstück meine normalen, geschroteten Leinsamen genommen. Auch kam bei mir ins Kochstück 200 Gramm Wasser rein und dafür 40 Gramm weniger in den Hauptteig. Zwar habe ich ein paar Butterlöcher im fertigen Brot, aber es schmeckt trotzdem toll.



Ramona Jäger

Ich habe die Karfreitagsbrötchen leicht abgewandelt mit Schokolade und Marzipan als Füllung und in der Springform gebacken. Sie sind sehr lecker, aber auch sehr sättigend. Beim nächsten Mal mache ich zehn Brötchen daraus.

Manuela Schuengel



Mit der Kartoffelliebe aus BROT 03/2020 haben wir ein neues Lieblingsbrot gefunden.

Ursula Müller

Nach einigen Vorüberlegungen und Fragen in der BROT-Facebook-Gruppe habe ich endlich Kornelia aus Ausgabe 03/2020 gebacken. Das Brot wollte zunächst nicht so recht aus dem Gärkorbchen. Dann ging es aber doch, ich habe es vorsichtig rundgewirkt und gebacken. Fürs erste Mal ist mir das Brot doch ganz gut gelungen – und schmecken tut es allemal. Ich bin zufrieden.

Andreas Lonsinger



Beim Choereg aus der letzten Ausgabe war mein Teig sehr fest. 279 Gramm Milch erschienen mir irgendwie wenig. Wider Erwarten ist das fertige Ergebnis aber schön locker geworden und geschmacklich sehr lecker. Leider hat die Form etwas gelitten, da der Teig nicht wirklich geschmeidig war.

Christel Nikolai

Heute gab es die Karfreitagsbrötchen aus BROT 03/2020. Ich habe sie mit Weizenmehl 550 gebacken und an den Teig und die Mehlpaste noch einen zusätzlichen Schluck Wasser gegeben. Sie sind wunderbar fluffig geworden und nicht zu süß. Ein super leckeres Rezept.

Jenny Lu



Meinen Karottentost habe ich etwas umgebaut und 108 Gramm Lievito Madre anstatt Hefe genommen. Die Menge habe ich dann vom Mehl und Schüttwasser abgezogen. Den Karottensaft habe ich gegen Rote Bete-Saft getauscht. Die Gare erfolgte zuerst 2 Stunden bei Raumtemperatur, dann 7 Stunden im Kühlschrank mit anschließender Akklimatisierung. Die Stückgare fand etwa 3 Stunden bei Raumtemperatur statt. Der fertige Toast ist sehr saftig geworden, was mir gut gefällt.

Sabine Seitz



**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. Wir freuen uns auf Eure Brote.

**Jetzt
bestellen**



€ 7,50

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

HÄUSSLER

**Backzubehör
und Werkzeuge**



Gleich
online
bestellen




Bei uns finden Sie wunderbares Zubehör rund ums Backen: Formen, Bleche, Körbe, Bretter und Backschieber in allen möglichen Variationen. Dazu hervorragende Ausstecher, Drücker, Teigteiler, Teigwannen, Gärtücher und vieles mehr. Die natürlichen Mehle, Saaten und Backmischungen runden das umfangreiche Sortiment ab.


Webshop und Homepage:
www.backdorf.de

88499 Heiligkreuztal · Tel. 073 71/9377-0

GEFÜLLTE HANDBROTE

Rezept & Bild: Stefanie Isabella Wenzel

 @lebkuchennest

 /www.lebkuchennest.de

 www.lebkuchennest.de

Teig-Zutaten*

- ▶ 500 g Weizenmehl 550
- ▶ 60 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 350 g Wasser (warm)
- ▶ 20 g Rapskernöl
- ▶ 15 g Zucker
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 0,5 g Frischhefe

Füllung

- ▶ 400 g Frischkäse
- ▶ 250 g Parmesan
- ▶ 200 g Speck
- ▶ 2 Zwiebeln (rot)
- ▶ 2 Frühlingszwiebeln
- ▶ 1/4 Bund Petersilie
- ▶ Pfeffer

*Ergibt 8 Handbrote

*Für Einsteiger
geeignet*

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	weich, bindig
Zeit gesamt:	13,5 Stunden
Zeit am Backtag:	1,5 Stunden
Backzeit:	30 Minuten
Starttemperatur:	230°C
Backtemperatur:	200°C beim Einschließen
Schwaden:	nein

Diese Handbrote sind ideal als Wegzehrung für eine kleine Wanderung oder ein Picknick in der Natur. Einige kennen sie vielleicht auch schon vom Besuch auf dem letzten Weihnachtsmarkt und wollten sie womöglich schon immer mal zu Hause nachbacken. Hier kommt die Gelegenheit.

☉ Für den Teig die Hefe zusammen mit dem Zucker in Wasser auflösen und anschließend zusammen mit beiden Mehlsorten sowie Salz und Rapskernöl etwa 5 Minuten schnell verkneten. Den Teig abgedeckt für 12 Stunden bei Raumtemperatur ruhen lassen.

☉ Am nächsten Tag die Füllung vorbereiten – hierfür den Speck zusammen mit den Zwiebeln in feine Würfel schneiden und die Petersilie grob hacken.

☉ Die Frühlingszwiebeln in dünne Ringe schneiden und anschließend zusammen mit Speckwürfeln, Zwiebeln, Petersilie und Parmesan unter den Frischkäse mengen.

☉ Die Füllung mit frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken und kaltstellen.

☉ Jetzt kann der Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einem etwa 2 cm dicken Rechteck ausgerollt werden – danach in der Mitte halbieren.

☉ Eine Teigplatte auf ein Blech mit Backpapier legen und die Füllung in 8 Portionen darauf verteilen. Dabei ein paar Zentimeter Abstand zum Teigrand und zu den übrigen Portionen lassen.

☉ Danach die andere Teigplatte vorsichtig darauflegen und die Zwischenräume zwischen den einzelnen Füllungen gut andrücken.

☉ Den Teigrand leicht zusammenfallen und die Kammern mit der Füllung leicht einschneiden, sodass die Füllung zu sehen ist.

☉ In der Zwischenzeit den Ofen auf 230°C Umluft vorheizen und die gefüllten Brote noch 30 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur ruhen lassen.

☉ Im Anschluss die Handbrote in den heißen Ofen schieben und die Temperatur auf 200°C reduzieren. 30 Minuten lang goldbraun backen. Wichtig ist, die Brote nach dem Backen etwas abkühlen zu lassen bevor man sie anschneidet, da sonst die Füllung noch zu flüssig ist und herauslaufen könnte. ■

Tipp
1 g Frischhefe
entspricht etwa
der Größe einer
Kichererbse





HUMMUS

Rezept & Bild: Nadja Alessi

 @little_kitchen_and_more

Es gibt viele Arten, Hummus zu machen. Dieses Rezept wurde bewusst sehr einfach gehalten. So entsteht in kurzer Zeit ein leckerer, veganer Aufstrich mit orientalischer Note. Nur rund 15 Minuten dauert es, bis der cremige Dip auf dem Tisch steht. Er ist perfekt als Brotaufstrich oder als Grillbeilage geeignet.

Zutaten

- ▶ 250 g Kichererbsen (abgetropft)
- ▶ 50 g Olivenöl
- ▶ 30 g Tahin Sesampaste
- ▶ 1/4 Zitrone
- ▶ Salz
- ▶ Pfeffer

Außerdem

- ▶ 1 Stängel Petersilie (glatt)
- ▶ 20 g Olivenöl

🕒 Die Kichererbsen in ein Sieb geben und mit kaltem Wasser abspülen. 4 Kichererbsen zur späteren Dekoration zur Seite legen.

🕒 Kichererbsen, Olivenöl, Tahin und den Saft der Zitrone fein mixen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und dann in eine kleine Schüssel geben.

🕒 Das Hummus etwas glatt streichen, einige Vertiefungen machen und mit den 20 g Olivenöl beträufeln. Die Petersilie kleinschneiden und darüberstreuen. Die 4 Kichererbsen ebenfalls noch auf dem Hummus verteilen. 🍴





Mühlensfinder

PLZ 20000

 **Mühle Erks**

Backen Sie Ihr Brot
mit unseren
wertvollen Zutaten!

 **Bioland**

Horster Hauptstraße 5
26446 Friedeburg / OT Horsten
Telefon 04453 2230
www.muehle-erks.de

PLZ 50000

BIO MÜHLE

 **EILING**

BIO MÜHLE EILING
Möhnstraße 98
59581 Warstein
shop@biomuehle-eiling.de
www.bio-muehle-eiling.de

PLZ 60000

 **Zimmermann-Mühle**

Aus Tradition gut


Fränkischer Grünkern, regionale Mehle
und Backmischungen ohne künstliche
Zusatzstoffe online einkaufen unter
www.zimmermann-muehle.de

Zimmermann-Mühle

 **Gaimühle 1, 63928 Riedem**
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

 **demeter SPIELBERGER Mühle**

Beste Biomehle in großer Vielfalt finden Sie im

- Bioladen
- In unserem Mühlensladen
- In unserem Onlineshop

Mehr unter spielberger.de

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

 **BLATTERT MÜHLE**

Gesunde Mühlensprodukte,
frisch aus dem Schwarzwald!

79848 Bonndorf T. 07703-318
www.blattert-muehle.de

PLZ 80000

 **DRAX-MÜHLE**

SHOP

Mehl, Getreide und Backzutaten
direkt aus der Mühle!
www.drax-muehle.de

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

MAILÄNDER MÜHLE

Egerweg 30 · 86753 Möttingen
Tel.: 09083/208 · Fax: 92.02.08

Online shoppen:
mailaender-muehle.de

Alle Mühlensprodukte auch in BIO
Besondere Spezialität
Gelbweizenmehl

 **RIESER GOLD**

Österreich

Langer Mühle Atzenbrugg

Mehle und alles rund ums Backen!

 **la mühle**
Langers Mühlensladen

www.lamuehla.at
office@langermuehle.at

Telefon +43 2275 5273
Schubertstraße 15
3452 Atzenbrugg
Österreich

 **Rosenfellner Mühle**

Finde viele Spezialitäten zum Brot backen im Mühlensladen & im Online-Shop



A-3352 St. Peter in der Au
An der Bahn 9
Tel. +43 (0)7477 / 42343-80
E-Mail: muehlensladen@rosenfellner.at
www.rosenfellner.at



PAN SORPRESA

Teig-Zutaten

- ▶ 450 g Manitobamehl
- ▶ 50 g Hartweizengrieß
- ▶ 350 g Wasser
- ▶ 100 g Lievito Madre (kalt, alternativ 65 g Manitobamehl und 35 g Wasser)
- ▶ 20-30 g Olivenöl
- ▶ 15 g Flohsamenschalen
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 10 g Zitronensaft
- ▶ 10 g Honig
- ▶ 5 g Frischhefe

Füllung

- ▶ 100-200 g Süßkartoffeln
- ▶ 30 g Olivenöl
- ▶ 1 Knoblauchzehe
- ▶ 1 Prise Salz

Rezept & Bilder:
Sylvia Richter

In diesem leichten Ciabatta lassen sich so einige Zutaten verstecken, die beim Essen zu immer neuen Überraschungen und Geschmackserlebnissen führen können. Hier kommen Olivenöl, Knoblauch und gebratene Süßkartoffelstückchen zum Einsatz. Umhüllt wird das Ganze von einer wunderbar dünnen und feinknusprigen Kruste. Die perfekte Grundlage für ein würziges Steakbrötchen.

☉ Alle Zutaten, bis auf das Öl, zunächst auf langsamer Stufe 2 Minuten mischen, danach 10-15 Minuten auf schnellerer Stufe verkneten. Nach 8 Minuten zunächst 20 g Olivenöl dazugeben und wenn der Teig diese Menge komplett aufnimmt, noch die restlichen 10 g hinzugeben. Der Teig löst sich fast komplett von der Schüssel. Danach den Teig in eine geölte Schüssel oder Wanne mit Deckel legen.

☉ Den Teig abgedeckt 6 Stunden bei Raumtemperatur anspringen lassen und alle 2 Stunden einmal dehnen und falten.



☉ Währenddessen die Süßkartoffeln schälen, würfeln und mit Olivenöl sowie der halbierten Knoblauchzehe 5 Minuten anbraten. Eine Prise Salz darüber geben und zur Seite stellen.

☉ Den Teig auf eine geölte Fläche geben und vorsichtig mit geölten Händen zu einem großen Rechteck ausziehen. Man sollte durchschauen können. Nun von der langen Seite ein Drittel des Teiges von oben zur Mitte schlagen, die Süßkartoffeln darauf verteilen und das andere Drittel von unten darüberlegen. Nun den Vorgang von der kurzen Seite ausgehend wiederholen. Danach sollte der Teigling relativ rechteckig sein.

☉ Das entstandene Rechteck vorsichtig in die Länge ziehen und die Ränder ringsherum einmal zur Mitte hin einschlagen.

☉ Den Teigling auf Backpapier setzen, leicht befeuchten und mit Roggenmehl bestäuben. Im Anschluss 1-1,5 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur ruhen lassen. Der Fingertest verrät, ob die Vollgare erreicht ist: Dazu vorsichtig mit dem Finger eine kleine Mulde in den Teig drücken. Wenn die Mulde nur langsam wieder heraustritt, ist der Teig bereit zum Backen.

☉ Rechtzeitig den Ofen auf 250°C Ober-/Unterhitze aufheizen. Das Ciabatta unter reichlich Schwaden einschießen. Nach 10 Minuten den Schwaden ablassen und bei 190°C weitere 15-25 Minuten fertigbacken. 🍴

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆☆

Getreide: Weizen

Triebmittel: Hefe

Teigkonsistenz: weich

Zeit gesamt: 8-8,5 Stunden

Zeit am Backtag: 8-8,5 Stunden

Backzeit: 25-35 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 190°C
nach 10 Minuten

Schwaden: beim Einschießen,
nach 10 Minuten ablassen

Tipp

Wer kein Manitobamehl hat, kann es durch Weizenmehl 550 oder ein anderes kleberstarkes Mehl ersetzen. Dann sollte man jedoch zunächst etwas weniger Schüttflüssigkeit verwenden und bei Bedarf nachkippen.



Für Einsteiger
geeignet

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆☆

Getreide: Weizen, Roggen

Triebmittel: Hefe

Teigkonsistenz: weich, bindig

Zeit gesamt: 54,5-66,5 Stunden

Zeit am Backtag: 2,5 Stunden

Backzeit: 18-20 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 220°C
nach 8 Minuten

Schwaden: beim Einschließen

PARTY-BRÖTCHEN

Diese kleinen Party-Brötchen sind der ideale Begleiter zu verschiedenen Anlässen und bieten reichlich Abwechslung. Es kommen zwei Teige zum Einsatz, die Brötchen können mit verschiedenen „Toppings“ verziert werden und auch bei der Aufarbeitung sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt. Besonders lecker: die Brötchentraube zum Grillen.

Hauptteig 1

- ▶ Vorteig 1
- ▶ 205 g Weizenmehl 550
- ▶ 135 g Wasser
- ▶ 5 g Salz
- ▶ 1 g Frischhefe

Die Zutaten 8 Minuten auf langsamer Stufe und 5 weitere Minuten auf schnellerer Stufe verkneten. Dann 40-48 Stunden abgedeckt im Kühlschrank ruhen lassen. Nach 24 Stunden den Teig einmal dehnen und falten.

☉ Die beiden Hauptteige auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und jeweils in 9 Teiglinge zu je 50 g teilen und rundformen.

☉ Die so entstandenen 18 kleinen Teiglinge können nach Belieben in Saaten gewälzt und im Anschluss in den verschiedensten Formen auf Backpapier eng aneinandergelegt werden.

☉ Dann für 1,5 Stunden bei Raumtemperatur auf dem Backpapier abgedeckt ruhen lassen.

☉ Währenddessen rechtzeitig den Ofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

☉ Die Partybrötchen in den Ofen geben und schwaden. Nach 8 Minuten die Temperatur auf 220°C reduzieren und für weitere 10-12 Minuten backen. 🍴

Vorteig 1

- ▶ 50 g Weizenmehl 550
- ▶ 50 g Wasser
- ▶ 0,1 g Frischhefe

Die Zutaten miteinander vermischen und 12-16 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur reifen lassen.

Vorteig 2

- ▶ 35 g Weizenmehl 550
- ▶ 25 g Wasser
- ▶ 0,1 g Frischhefe

Die Zutaten miteinander vermischen und 12-16 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur reifen lassen.

Quellstück

- ▶ 55 g Wasser
- ▶ 20 g Roggenschrot (grob)
- ▶ 20 g Haferflocken (grob)
- ▶ 12 g Leinsamen
- ▶ 6 g Sonnenblumenkerne

Die Saaten und Körner mit dem Wasser übergießen und vermischen. Dann für 4-8 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur quellen lassen.

Hauptteig 2

- ▶ Vorteig 2
- ▶ Quellstück
- ▶ 145 g Weizenmehl 1050
- ▶ 15 g Roggenmehl 1150
- ▶ 110 g Wasser
- ▶ 5 g Salz
- ▶ 4 g Sonnenblumenöl
- ▶ 3 g Backmalz (inaktiv, alternativ Honig)
- ▶ 2,5 g Frischhefe

Die Zutaten 6 Minuten auf langsamer Stufe und dann weitere 5 Minuten auf schnellerer Stufe verkneten. Im Anschluss für 10-12 Stunden abgedeckt im Kühlschrank reifen lassen.

Zum Bestreuen

- ▶ Saaten nach Geschmack (Sesam, Mohn, Haferflocken und Chia)

Tipp

Wer nur eine Teigvariante möchte, kann einen Teig weglassen und dafür die Zutaten des gewünschten Teiges verdoppeln.

Rezept & Bilder: Sebastian Krist

@brotartig

/brotartig

www.brotartig.de

Tipp

0,1 g Frischhefe
entspricht der
Größe eines
Reiskorns.





PIZZA- GRILLBROT

Rezept & Bilder: Nadja Alessi

 @little_kitchen_and_more



Das Besondere an diesem Grillbrot sind die vielen kleinen Brötchen, aus denen es besteht. So können sich alle einfach ein kleines Stück abreißen. Im Inneren jedes Brötchens wartet dann eine kleine Mozzarellakugel auf die Genießerinnen und Genießer. Der Belag wurde relativ einfach gewählt, wodurch die Brötchen nicht nur pur gut schmecken, sondern auch als Beilage zu Salaten oder Gegrilltem perfekt passen.

☉ Alle Zutaten für den Teig, außer Olivenöl und Mozzarella, 3 Minuten langsam und danach 3 Minuten schnell verkneten. Das Olivenöl dazugeben und weitere 2 Minuten auf schnellerer Stufe verkneten.

☉ Den Teig 12-14 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen. Nach 2 Stunden einmal dehnen und falten.

☉ Den Mozzarella in etwa Weintrauben-große Stücke schneiden. Den Teig in 20 Teile teilen und auf jedes ein Mozzarellastück legen, einarbeiten und zu einer Kugel formen.

☉ Danach alle Teile in gewünschter Form zu einem Grillbrot zusammensetzen. Auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech abgedeckt 1 Stunde bei Raumtemperatur gehen lassen.

☉ In der Zwischenzeit den Ofen auf 230°C Ober-/Unterhitze vorheizen und den Belag vorbereiten. Dazu Tomatenmark, Olivenöl sowie Oregano miteinander vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Grillbrot kurz vor dem Einschließen in den Ofen mit der Mischung bestreichen und mit dem geriebenen Mozzarella bestreuen.

☉ In den Ofen geben, die Temperatur auf 220°C senken und 25 Minuten backen. 🍴

Für Einsteiger
geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	mittelfest
Zeit gesamt:	14-16 Stunden
Zeit am Backtag:	2 Stunden
Backzeit:	25 Minuten
Starttemperatur:	230°C
Backtemperatur:	220°C beim Einschließen
Schwaden:	nein

Teig-Zutaten

- ▶ 450 g Weizenmehl 550
- ▶ 50 g Hartweizengrieß
- ▶ 300 g Wasser
- ▶ 15 g Olivenöl
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 1 g Frischhefe

Außerdem

- ▶ 125 g Mozzarella

Tipps

1 g Frischhefe
entspricht etwa
der Größe einer
Kichererbse

Belag

- ▶ 60 g Mozzarella (gerieben)
- ▶ 40 g Tomatenmark
- ▶ 10 g Olivenöl
- ▶ 2 Prisen Oregano
- ▶ Salz
- ▶ Pfeffer





BAGUETTE RUSTIQUE

Offenporig luftig – so soll es sein: ein echtes französisches Baguette. Da nicht alle Menschen französische Mehle im Regal haben, handelt es sich bei diesem Rezept um eine einfache Variante, die mit auch hierzulande handelsüblichen Mehlen gelingt und dem französischen Original sehr nahe kommt.



Tipp

Wenn der Backofen nur bis 250°C heizt, startet man mit dieser Temperatur und senkt sie erst 5 Minuten nach Backbeginn.

Autolyse-Teig

- ▶ 650 g Weizenmehl T65 (alternativ Weizenmehl 550)
- ▶ 400 g Wasser (kalt)

Mehl und Wasser vermischen und abgedeckt 60 Minuten quellen lassen.

Hauptteig

- ▶ Autolyseteig
- ▶ 70 g Wasser (kalt, optional)
- ▶ 65 g Anstellgut
- ▶ 6 g Frischhefe
- ▶ 14 g Salz

Rezept & Bild: Doris Schmidtutz-Dempewolf

☉ Für den Hauptteig das Anstellgut sowie Hefe mit dem Autolyseteig 8 Minuten auf langsamer Stufe verkneten.

☉ Salz hinzufügen und 3 Minuten auf schnellerer Stufe auskneten, bis der Fenstertest gelingt.

☉ Wenn die Teigkonsistenz es hergibt, noch schluckweise die übrigen 70 g Wasser hinzufügen, während der Teig auf schnellerer Stufe geknetet wird. Die Teigttemperatur sollte nach Möglichkeit dabei rund 23°C betragen. Sollte der Teig zu warm werden, kann man ihn einige Minuten im Kühlschrank ruhen lassen, bis er 18-19°C erreicht hat, um dann mit dem Kneten fortzufahren.

☉ Danach den Teig in eine geölte Teigwanne oder Schüssel geben und abgedeckt für 1,5-2 Stunden bei Raumtemperatur ruhen lassen.

☉ Nach der Stockgare den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche gleiten lassen und 4 Teile von jeweils etwa 300 g abstechen. Jedes Teil vorsichtig zu einem Zylinder formen und auf einem bemehlten Bäckerleinen oder Küchentuch absetzen. Abgedeckt 20 Minuten bei Raumtemperatur entspannen lassen.

☉ Währenddessen den Ofen auf 270°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

☉ Im Anschluss aus jedem Zylinder ein Baguette formen und auf ein Baguetteblech oder ein Stück Backpapier absetzen. Die Baguettes drei- bis viermal schräg einschneiden und unter kräftigem Schwaden einschließen. Die Temperatur sofort auf 230°C reduzieren und 20 Minuten kross backen. 🍞

Schwierigkeitsgrad: ★★☆☆

Getreide: Weizen

Triebmittel: Sauerteig, Hefe

Teigkonsistenz: bindig

Zeit gesamt: 4-4,5 Stunden

Zeit am Backtag: 4-4,5 Stunden

Backzeit: 20 Minuten

Starttemperatur: 270°C

Backtemperatur: 230°C

Schwaden: beim Einschließen

SESAM-FLADENBROT



Rezept & Bilder: Nadja Alessi

 @little_kitchen_and_more

Tipp 1 g Frischhefe entspricht etwa der Größe einer Kichererbse

Teig-Zutaten*

- ▶ 200 g Weizenmehl 550
- ▶ 50 g Maismehl Vollkorn (weiß, alternativ Maismehl)
- ▶ 60 g Milch (lauwarm)
- ▶ 100 g Joghurt (Natur, 3,5% Fett)
- ▶ 30 g Sesam (geröstet)
- ▶ 20 g Rapsöl
- ▶ 6 g Salz
- ▶ 2 g Frischhefe

*Ergibt 5 Fladenbrote

Der Vorteil von Fladenbrot ist ihre leichte Zubereitung, bei der ein Backofen verzichtbar ist. Sie können in der Pfanne oder auf dem Grill gebacken werden. Bei dieser Variante kommt gerösteter Sesam dazu, was dem Fladenbrot einen leckeren Geschmack wie auch Biss gibt. Durch den Anteil an weißem Maismehl aus Vollkorn ist es noch schmackhafter.

☉ Den Sesam in einer Pfanne ohne Fett leicht anrösten und etwas abkühlen lassen.

☉ In einer Schüssel alle anderen Zutaten vermischen, den Sesam dazu geben und von Hand etwa 2 Minuten verkneten. Abgedeckt 4 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen. Nach 1 Stunde einmal dehnen und falten.

☉ Den Teig in 5 Teile teilen, jedes davon rundschleifen und 20 Minuten entspannen lassen.

☉ Danach die Teiglinge rund ausrollen, bis jeder einen Durchmesser von etwa 15 cm hat.

☉ In der Pfanne oder auf dem Grill bei mittlerer Hitze auf jeder Seite etwa 2,5 Minuten backen. 🍳

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	Weizen, Mais
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	mittelfest
Zeit gesamt:	5 Stunden
Zeit am Backtag:	5 Stunden
Backzeit:	5 Minuten
Starttemperatur:	mittlere Hitze
Backtemperatur:	mittlere Hitze
Schwaden:	nein

Tipp

Wer möchte, kann den Teig schon am Vortag zubereiten und nach dem dehnen und falten über Nacht in den Kühlschrank stellen.



Quellstück

- ▶ 65 g Hartweizengrieß
- ▶ 65 g Wasser (heiß)

Hartweizengries und Wasser zu einer breiigen Masse verrühren. Abgedeckt bei Raumtemperatur 12 Stunden quellen lassen.



Hauptteig

- ▶ Quellstück
- ▶ 280 g Weizenmehl 550
- ▶ 280 g Weizenmehl 1050
- ▶ 350 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 10 g Frischhefe
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 30 g Olivenöl

Außerdem

- ▶ 120 g getrocknete Tomaten (in Öl eingelegt)
- ▶ Hartweizengrieß (zum Bestreuen)



TOMATEN- BRÖTCHEN

Schwierigkeitsgrad: ★☆☆

Getreide: Weizen, Hartweizen

Triebmittel: Hefe

Teigkonsistenz: bindig

Zeit gesamt: 15,5 Stunden

Zeit am Backtag: 3 Stunden

Backzeit: 30 Minuten

Starttemperatur: 240°C

Backtemperatur: 190°C
nach 10 Minuten

Schwaden: beim Einschließen,
nach 10 Minuten ablassen

Was passt besser in die Grillsaison als ein rösches, mediterranes Ciabatta-Brötchen? Bei diesem Rezept werden sie durch die Zugabe von getrockneten Tomaten so richtig raffiniert und schmecken herrlich nach Sommer und Urlaub. Sie passen zu würzigem Grillfleisch genauso wie zu einem knackigem Salat.

☉ Für den Hauptteig alle Zutaten, außer dem Öl, auf kleiner Stufe 3 Minuten vermischen, dann Olivenöl zugeben und auf schnellerer Stufe 10 Minuten lang kneten. Den Teig abgedeckt bei Raumtemperatur 1 Stunde ruhen lassen.

☉ Danach die getrockneten Tomaten kleinschneiden und von Hand mit unterkneten.




- Den Teig zu einem Rechteck von etwa 10 x 20 cm ausziehen und noch einmal 1 Stunde abgedeckt bei Raumtemperatur ruhen lassen.
- Etwas Hartweizengrieß auf dem Teig verteilen und mit einer Teigkarte 10 gleichgroße Teiglinge zu jeweils rund 100 g abstechen. Mit der Hand nach Geschmack formen, auf ein Backblech setzen und weitere 20 Minuten ruhen lassen. Währenddessen den Ofen auf 240°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Die Brötchen in den vorgeheizten Backofen geben und unter Schwaden 10 Minuten anbacken. Dann den Schwaden ablassen und bei 190°C 18-20 Minuten fertigbacken. 🍴


Tipp

Anstelle von Tomaten kann man auch eingelegte grüne oder schwarze Oliven verwenden und getrocknete Kräuter zugeben.

Rezept & Bild: Tanja Schlund

 @schlundisworld

 /Schlundis.Blog

 www.schlundis.com



Vorteig

- ▶ 50 g Emmermehl Vollkorn (alternativ Dinkelmehl Vollkorn)
- ▶ 25 g Schwarzbier
- ▶ 0,5 g Frischhefe

Die Zutaten von Hand verkneten und abgedeckt 12 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.



Kochstück

- ▶ 15 g Emmermehl Vollkorn (alternativ Dinkelmehl Vollkorn)
- ▶ 75 g Schwarzbier
- ▶ 10 g Salz

Die Zutaten unter Rühren aufkochen, bis eine Puddingartige Masse entsteht. Das Mehlkochstück umfüllen, abdecken und 4-12 Stunden abkühlen lassen.

Hauptteig*

- ▶ Vorteig
- ▶ Kochstück
- ▶ 200 g Kamutmehl Vollkorn (Khorasan, alternativ Weizenmehl 550)
- ▶ 200 g Dinkelmehl Vollkorn
- ▶ 35 g Emmermehl Vollkorn (alternativ Dinkelmehl Vollkorn)
- ▶ 230 g Schwarzbier
- ▶ 50 g Anstellgut
- ▶ 50 g Gänseschmalz
- ▶ 30 g Honig
- ▶ 5 g Frischhefe

Zum Bestreuen

- ▶ Sesam

*Ergibt 10 Burger-Buns

Text & Bild: Ben Bembnista

@brotpoet

/brotpoet

www.brotpoet.de



Tipp

1 g Frischhefe entspricht etwa der Größe einer Kichererbse

Dieses Rezept ist bestens geeignet, um bei der nächsten Grillparty etwas Pepp in die Burger zu bringen. Schwarzbier und Gänseschmalz sorgen für Aroma und Saftigkeit im Bun. Mit kräftigem Kraut und einem zarten Stück Fleisch belegt, wird daraus ein echter Leckerbissen.

☉ Die Zutaten auf langsamer Stufe etwa 8 Minuten mischen und weitere 6 Minuten auf schneller Stufe zu einem eher festen und glatten Teig kneten.

☉ Den Teig abgedeckt 30 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen und danach für weitere 10-18 Stunden im Kühlschrank reifen lassen.

☉ Den kühltschrankkalten Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche in 10 Teiglinge zu jeweils etwa 95 g teilen. Die Teiglinge rundschleifen, die Oberfläche etwas mit Wasser benetzen, in Sesam drücken und auf ein Backblech setzen. Abgedeckt 1,5-2 Stunden gehen lassen, bis die Teiglinge ihr Volumen vergrößert haben.

☉ Währenddessen den Ofen rechtzeitig auf 220°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

☉ Die Teiglinge nach Geschmack einschneiden, in den Ofen geben und 16-18 Minuten backen. 🍞

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆☆

Getreide: Emmer, Kamut, Dinkel

Triebmittel: Hefe

Teigkonsistenz: glatt, fest

Zeit gesamt: 25-34 Stunden

Zeit am Backtag: 2-3 Stunden

Backzeit: 16-18 Minuten

Starttemperatur: 220°C

Backtemperatur: 220°C

Schwaden: nein

Das Brot-Sonderheft zur Grillsaison



040/42 91 77-110

service@brot-magazin.de

**Schwierigkeitsgrad:** ★★★☆**Getreide:** Weizen, Hartweizen**Triebmittel:** Hefe**Teigkonsistenz:** mittelfest**Zeit gesamt:** 13,5-16 Stunden**Zeit am Backtag:** 1,5-2 Stunden**Backzeit:** 25 Minuten**Starttemperatur:** 240°C**Backtemperatur:** 230°C
beim Einschließen**Schwaden:** beim Einschließen,
nach 10 Minuten ablassen

OLIVENBRÖTCHEN

Teig-Zutaten*

- ▶ 400 g Weizenmehl 550
- ▶ 100 g Hartweizengrieß
- ▶ 320 g Wasser
- ▶ 30 g Oliven (grün, entsteint)
- ▶ 30 g Oliven (schwarz, entsteint)
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 1 g Frischhefe
- ▶ 1 g Oregano

Außerdem

- ▶ 27 Oliven (grün und schwarz, entsteint)
- ▶ 30 g Parmesan (gerieben)

***Ergibt 9 Brötchen**

Rezept & Bilder: Nadja Alessi

@little_kitchen_and_more

Durch eine lange Gare sind diese Olivenbrötchen besonders aromatisch. Da sie schwarze und grüne Oliven enthalten, sind sie auch optisch ein Highlight. Der Reibekäse obendrauf sorgt für den krönenden Abschluss. Obwohl sie auf den ersten Blick recht aufwändig zu sein scheinen, sind sie am Backtag in nur 2 Stunden auf dem Tisch.

- 🕒 Alle Teig-Zutaten, außer den Oliven, 4 Minuten langsam und 3 Minuten schneller zu einem Teig verkneten. Die Oliven in Scheiben schneiden, leicht abtupfen und dazugeben. Circa 1 Minute langsam untermischen.
- 🕒 Den Teig abgedeckt 12-14 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen. Nach 2 Stunden einmal dehnen und falten.
- 🕒 Den Teig in 9 Teile teilen und zirka 20 cm lange Rollen daraus formen. Jede Rolle zu einer Schnecke aufrollen und dabei jeweils 3 Oliven mit einarbeiten.
- 🕒 Zum Schluss mit dem Parmesan bestreuen und abgedeckt 45-60 Minuten auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech bei Raumtemperatur gehen lassen.
- 🕒 Den Ofen auf 240°C vorheizen, die Olivenbrötchen in den Ofen geben, schwaden und die Temperatur sofort auf 230°C senken. Nach 10 Minuten den Schwaden ablassen und weitere 15 Minuten backen. 🍳



Rezept & Bilder: Michelle Deschner

 @mimipustebume

SPINAT-SCHNEECKEN

Diese leckeren Hefeschnecken, gefüllt mit Spinat und Hirtenkäse, eignen sich im Sommer hervorragend als Beilage zum Grillen. Aber nicht nur das, auch beim Picknick oder zum kalten Buffet passen sie hervorragend.

☉ Die Zutaten für den Teig in eine Schüssel geben und 5-7 Minuten langsam miteinander verkneten, bis ein geschmeidiger Teig entsteht.

☉ Den Teig abgedeckt eine Stunde bei Raumtemperatur gehen lassen. Anschließend einmal dehnen und falten und für 12-16 Stunden in den Kühlschrank stellen.

☉ Währenddessen die Füllung vorbereiten. Dazu den Knoblauch pressen und zusammen mit allen anderen Zutaten vermischen sowie mit Salz und Pfeffer abschmecken.

☉ Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und zu einem Viereck ausrollen.

☉ Die Füllung darauf verstreichen und an den Rändern jeweils einen Finger breit Platz lassen.

☉ Danach den Teig aufrollen und mit einem scharfen Messer etwa 3 cm dicke Scheiben abschneiden. Die Schnecken mit Wasser besprühen und in Sesam wälzen.



☉ Die Schnecken mit den Schnittkanten nach oben und unten in eine Auflaufform geben und noch einmal 1 Stunde abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen.

☉ Währenddessen den Ofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

☉ Die Auflaufform mit den Schnecken in den Ofen geben und 20-25 Minuten backen. 🍴

Teig-Zutaten

- ▶ 500 g Weizenmehl 550
- ▶ 200 g Buttermilch
- ▶ 120 g Wasser
- ▶ 15 g Öl
- ▶ 7 g Salz
- ▶ 5 g Frischhefe
- ▶ 5 g Honig (optional)

Zum Bestreuen

- ▶ Sesam

Füllung

- ▶ 300-350 g Spinat (fein gehackt)
- ▶ 200 g Hirtenkäse
- ▶ 200 g Crème fraîche
- ▶ 1 Ei (Größe M)
- ▶ 1 Knoblauchzehe
- ▶ 3 g Chili (optional)
- ▶ Salz
- ▶ Pfeffer

Schwierigkeitsgrad: ★☆☆

Getreide: Weizen

Triebmittel: Hefe

Teigkonsistenz: geschmeidig, weich

Zeit gesamt: 14-18 Stunden

Zeit am Backtag: 2 Stunden

Backzeit: 20-25 Minuten

Starttemperatur: 200°C

Backtemperatur: 200°C

Schwaden: nein

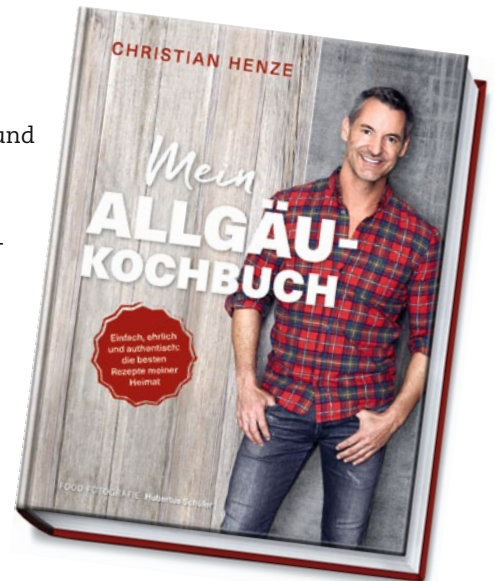
Inspiration

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.

Unzählige Fans hat die Küche des Allgäus gewonnen, gerade weil sie einfach und ehrlich ist – wie das Allgäu selbst. Christian Henze, TV-Koch und Allgäuer mit Leib und Seele, präsentiert in „Mein Allgäu-Kochbuch“ bekannte Gerichte der Region – mit Gelinggarantie. Verwendet werden naturbelassene, regionale Produkte, die man heute – frisch aus dem Allgäu – einfach im Supermarkt findet. Rezepte für Kässpätzlen, Krautkräpfen, Kaiserschmarrn, Küchle, Wurstsalat und natürlich auch deftige Brotzeiten sind im Buch zu finden. Das Buch im Format 21 x 27 cm ist mit 68 farbigen Bildern illustriert.

Christian Henze
Mein Allgäu-Kochbuch
168 Seiten
978-3-95453-190-5
€ 26,-

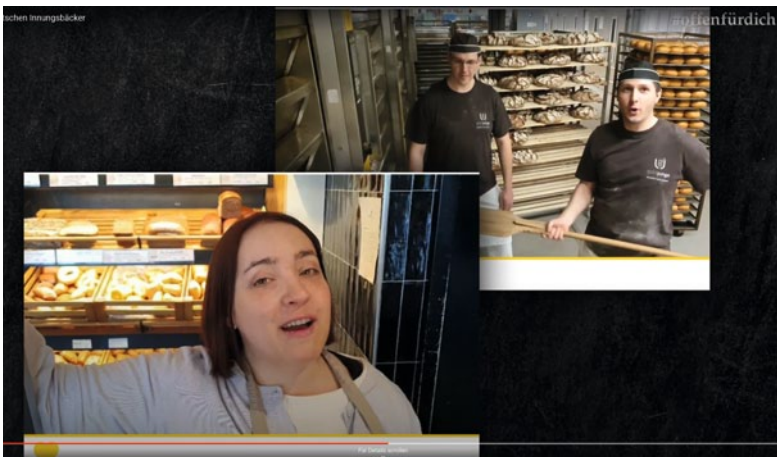
 www.bjvv.de



Die Corona-Krise beeinflusst das Leben fast aller Menschen. Beruhigend ist es da für viele, dass es nach wie vor Brot, Brötchen und andere

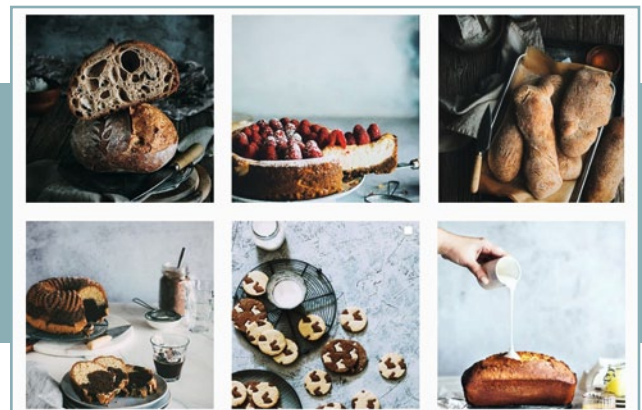
Backwaren bei den Handwerksbäckereien in Deutschland gibt. „Wir freuen uns gerade in diesen Tagen über den großen Zuspruch unserer Kunden. Den brauchen wir, um diese Krise möglichst unbeschadet zu überstehen“, so Michael Wippler, Präsident des Zentralverbands des Deutschen Bäckerhandwerks. Aus diesem Grund gibt es auf YouTube ein Video, in dem Vertreter/innen der Branche mit kurzen Videobotschaften sagen: wir sind #offenfürdich.

 tinyurl.com/offenfuerdich




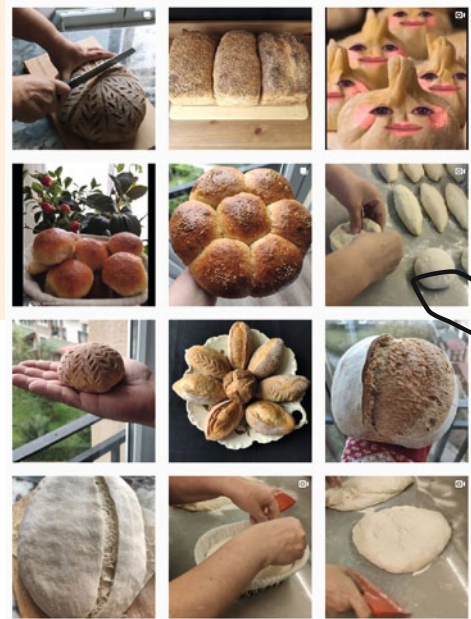
Sarah Brunella ist eine schweizerisch-italienische Influencerin, die gerne backt. Inzwischen begeistert sie mit ihren Kuchen, Keksen und natürlich Broten über 100.000 Follower. Einige Rezepte zu ihren wunderbar in Szene gesetzten Postings finden sich auch auf ihrem Blog. Da kann man direkt nachbacken – wenn man Italienisch versteht.


 www.fragolelimone.com  [@sarah_fel](https://www.instagram.com/@sarah_fel)



Wahre Augenweiden – nicht nur für Brot-Fans – gibt es auf dem Instagram-Account @ekmek_gunlugu zu entdecken. Egal ob luftiger Brotlaib oder fluffiges Brötchen, eines fällt beim Betrachten der appetitlichen Bilder immer wieder auf: die oftmals aufwändigen Muster in den Backwaren. Da möchte man direkt probieren.

 @ekmek_gunlugu



 www.brot-magazin.de/einkaufen

Grillen – die einst vor allem zweckmäßige Form der Essenszubereitung – ist heute längst mehr als nur das Garen von Speisen über Glut und Feuer. Menschen kommen zusammen und genießen vielfältige kulinarische Leckereien, um ganz nebenbei den neuesten Klatsch und Tratsch auszutauschen. Und eine Sache darf dabei nie fehlen: Brot. Ob klassisches Baguette, luftiges Fladenbrot oder exotische Varianten – so ziemlich jede mögliche Kombination aus Mehl, Wasser und Triebmittel wird zum Grillen serviert. Doch die Möglichkeiten, sich beim Backen kreativ auszuleben, enden noch lange nicht bei den angesprochenen Klassikern. Es gibt unzählige Ideen, wie man Gegrilltes und Gebackenes kombinieren kann. Sogar direkt auf dem Grill lassen sich einige Backwaren zubereiten. Wie wäre es zum Beispiel mit einer saftigen Kartoffel-Focaccia, leckeren Kräuterschnecken oder gar einer süßen Pizza vom Grill? Natürlich dürfen auch Beilagen zum Brot nicht fehlen: Frischer Zucchini-Hummus und süßwürzige Grillsoßen sind nur eine kleine Auswahl der mehr als 45 Rezepte in BROT zum Grillen. Das 100-Seiten-Heft im A4-Format kostet 8,50 Euro.



Brot backen auf dem Grill – geht das? Das Blog www.grill-guru.de liefert die Antwort: Ja, es geht.

Und wie, das erklärt Betreiber Björn Bauke ganz genau im Beitrag „Brot im Grill backen“ inklusive Rezept. Außerdem finden sich auf seiner Seite noch jede Menge weitere Rezepte, Tests und Tipps.

März 7, 2016 - 3 Kommentare
Brot im Grill backen



Nachdem ich meine ersten Brote im Backofen schon erfolgreich gebacken habe, war es an der Zeit das erste Brot im Grill zu backen. In diesem Beitrag erfahrt ihr, wie einfach es ist Brot im Grill zu backen.

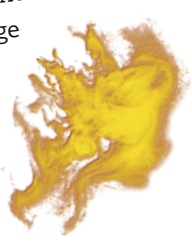
 www.grill-guru.de




„Rock am Grill“ stammt von den Musikern Alec Völkel und Sascha Vollmer – besser bekannt als die Frontmänner der Band The BossHoss. In dem Buch sind jede Menge leckere Rezepte für Gerichte rund um das Thema Grillen zu finden. Von besonders würzigen Snacks über Fisch-Rezepte, Gerichte mit Brot und fleischlose Speisen bis hin zum süßen Nachtisch gibt es eine große Bandbreite an Ideen. Darüber hinaus erhalten die Leserinnen und Leser Musik-Tipps für einen gelungenen Abend und finden eine Menge persönlicher Interviews mit den Musikern.

Alec Völkel, Sascha Vollmer
Rock am Grill
 192 Seiten
 978-3-517-09862-3
 € 22,-

 www.randomhouse.de



 www.freunde-des-snacks.de/baekersupporter




Back-
 Begeisterte und sol-
 che, die es noch werden wollen,
 finden im BROT-Forum bei Facebook die
 Anlaufstelle, um sich mit dem Thema Backen
 auseinanderzusetzen. Über 6.300 Hobbybäckerin-
 nen und -bäcker diskutieren hier über Rezepte aus
 den BROT-Ausgaben sowie den dazugehörigen Sonder-
 heften und tauschen Erfahrungen beim Backen aus. Ganz
 nebenbei gibt es hier stets aktuelle Infos zu den Themen
 der nächsten Ausgaben und man kann miterleben, wo sich
 die Redaktion gerade herumtreibt. Neu sind Kurse zum
 Ansetzen von Sauerteig oder Hefewasser, in denen das
 Vorgehen in Videos Schritt für Schritt erklärt wird.
 Einfach kostenlos Mitglied werden.

 /groups/brotforum




UNTERSTÜTZE DEINEN LIEBLINGSBÄCKER

So funktioniert es:
 Im Wert von 5,00 € einkaufen.
 1. Kassenbonn via WhatsApp einsenden.
 2. Tolle Sachpreise sichern.
 3. 


#bäckersupporter
 WhatsApp: +49 157 348 71 747

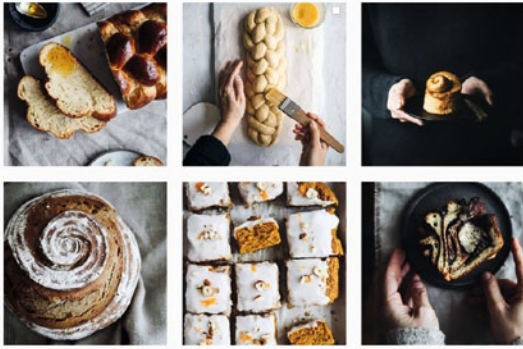
Supporte Deinen Lieblingsbäcker
 Schick Deine Kassenbonn via WhatsApp an: +49 157 - 348 71 747





Mit dem Projekt #bäckersupporter kann während der Corona-Krise jeder die Bäcker unterstützen. Egal ob Brot, Brötchen, Kuchen, Kaffee oder Snacks – ohne Aufwand kann man der Lieblingsbäckerei durch die Corona-Zeit helfen und ganz nebenbei auch noch Preise gewinnen. Um teilzunehmen, einfach einen Kassenbonn über mindestens 5 Euro von einer Bäckerei aus dem Zeitraum vom 01. April bis zum 15. Mai 2020 per WhatsApp einsenden an: 01 57/34 87 17 47. Auf die Gewinnerinnen und Gewinner warten Preise im Gesamtwert von 3.000 Euro.

 @backstuebchenblog



Auf ihrem Instagram-Profil @backstuebchenblog zeigen Madleine und Flo – beide Journalisten und Fotografen aus Augsburg – ihren rund 21.000 Followern alle möglichen Leckereien aus der heimischen Küche. Darunter nicht nur frische Brote, Zöpfe und andere Backwaren, sondern auch Salate, Suppen und vieles mehr. Hier findet garantiert jeder eine Anregung für die nächste Mahlzeit.

Erik Scheffler und Sonja Baumann
Brunch ist tot – Lang lebe das Frühstück
176 Seiten
978-3-517-09916-3
€ 22,-



 www.randomhouse.de

Egal ob herzhaft, süß, warm oder kalt: das erste Essen des Tages kann, soll und muss richtig gut sein. Mit ihrem Buch „Brunch ist tot – Lang lebe das Frühstück“ präsentieren Erik Scheffler und Sonja Baumann Frühstücksrezepte für jeden Tag und jeden Anlass. Weg vom Einheitsbrei auf den Tellern – hin zu dem, was der Start in den Tag eigentlich sein sollte: anarchisch, zügellos, lecker. Kein Wunder, dass die beiden Gastronomen, die gerade für ihr Lokal-Konzept mit einem Michelin-Stern ausgezeichnet wurden, eins der besten Frühstücksangebote Kölns haben. Sie setzen nicht auf Masse oder Standard, sondern auf ungewöhnliche Kreationen. Neben den Klassikern rund um Brot und Brötchen gibt es auch jede Menge andere kreative Ideen für die wichtigste Mahlzeit des Tages.

Brot Laden

BROTLeinen

Lassen Sie Ihre Teiglinge für Baguettes, Ciabatta, Brötchen und Kleingebäcke, geschützt vor Austrocknung, unter optimalen Reifebedingungen ruhen

Bestellung:
www.brot-magazin.de/einkaufen
040/42 91 77-110



Origine France Garantie

Alles zum Brot backen

HOBBY BÄCKER
Einzigartig Lecker.

gültig bis 30.06.2020
ab 45 € Warenwert
Ihr Gutscheincode:
12DFV8L83W

10€ geschenkt!

- Qualitativ hochwertige Mehle
- Professionelles Zubehör
- Rezepte, Tipps & Tricks

www.hobbybaecker.de
Bestell- & Servicehotline
07306-925900



H'AUSSLER

Original Holzbackofen



Der Holzbackofen steht für pure Lebensqualität. Bereits das Anfeuern und Aufheizen macht viel Freude. Danach genießen Sie die ausgezeichnete Backqualität des Ofens. Nicht nur Brote und Pizzen gelingen wunderbar, sondern auch Fleisch, Aufläufe und vieles mehr. Der Holzbackofen ist ein Alleskönner für Zuhause.

Kostenlos Katalog anfordern:
www.backdorf.de
88499 Heiligkreuztal · Tel. 073 71/93 77-0

MANZ

DEUTSCHE ■ BACKOFEN ■ MANUFAKTUR

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



Backen Sie bei uns im Mitmach-Seminar und überzeugen Sie sich von hervorragenden Backergebnissen!

MANZ Backtechnik GmbH
Backofenstraße 1-3
97993 Creglingen-Münster
Telefon 0 79 33 / 91 40-0
www.manz-backtechnik.de

GUTE FÜHRUNG

Text: Manfred Schellin

Wenn man in Deutschland in der Bäckerei „ein Brot“ verlangt, dann ist es jeweils das Standard-Brot – typisch für die Region, die Bäckerei. Alle Kundinnen und Kunden wissen, welches gemeint ist. In der Regel ein Mischbrot – im Norden meist roggenlastig, im Süden dominiert eher der Weizen. Nahezu immer ist Sauerteig im Spiel, und zwar Roggensauerteig. Deutschland ist traditionell ein Roggensauerteigland.

Die deutsche Kleinstaaterei hat so manche Nachteile gehabt, führte jedoch auch zu positiven Errungenschaften. Damit einher gehen unterschiedliche Führungsarten des Sauerteigs.

Beherrscht man die Theorie, gelingen auch französische Levain- und italienische Madre-Brote. Denn die Gesetzmäßigkeiten hinter

den Sauerteigen sind immer gleich. Wir deklinieren uns in diesem Artikel durch die deutsche Sauerteigkultur und sind zum Abschluss in der Lage, mit Hilfe dieses neu erworbenen Wissens eine Sauerteigführung zu wählen, die besonders gut zu einer bestimmten Rezeptentwicklung passt.

Genau dieser Aspekt wird bei der Rezeptentwicklung ganz überwiegend aus Unwissenheit nicht berücksichtigt. Dabei kann man mit diesem Parameter das entstehende Brot so sehr beeinflussen, wie



DEUTSCHLAND IST
ROGGENLAND. JEDENFALLS
WAR DAS MAL SO.
SAUERTEIGE WERDEN NOCH
IMMER MEHRHEITLICH MIT
DEM GETREIDE GEFÜHRT





ein Gericht mit Salz. Passt der Sauerteig, wird es ein Genussbrot.

Bevor es in die Tiefen der unterschiedlichen Führungen geht – kurz ein paar Gedanken über die Bedeutung der Hefe in dem Spiel.

Für die bildliche Darstellung betreten nun zwei verschiedene Künstler die Bühne. Dirigent sind wir. Im besten Fall stimmen sich die Beteiligten ab. Auf diese Weise kann tatsächlich ein besseres Ganzes daraus werden.

Luciano Pavarotti hat sich auf dieses Spiel zum Beispiel häufiger eingelassen. Etwa mit dem unvergessenen Freddie Mercury gemeinsam „Nessun Dorma“ gesungen.

Dieses Modell hilft, das Zusammenspiel von Hefe und Sauerteig zu verstehen. Man kann eines von beiden dominieren lassen oder stark zurückfahren. In der durchschnittlichen deutschen Bäckerei ist Hefe das Triebmittel und Sauerteig im besten Fall ein guter Geschmacksgeber. So wird es oft noch bis heute gelehrt. Hefe gibt Produktionssicherheit und macht Prozesse schneller. Das macht ihren Einsatz in Bäckereien so attraktiv.

Andere Menschen wissen davon nichts und backen einfach Sauerteig-Brote ohne Hefezusatz. Selbst wenn Teile der Fachwelt das nicht für möglich halten.

Entgegen früheren schwankenden Roggen-Qualitäten benötigen heutige Roggen-Ernten keine Säure, um ein genießbares und optisch ansprechendes Brot aus dem Ofen zu ziehen. Roggen hatte früher eine sehr starke Enzymtätigkeit. Sie sorgte dafür, dass die Stärke im Teig während der Fermentation sehr schnell abgebaut wurde. Ergebnis waren klitschige, nicht genießbare Brote.

Diesem Phänomen vorvergangener Tage musste mit einem entsprechenden pH-Wert begegnet werden, um den Teig langsamer abzubauen zu lassen, Brotfehler möglichst gering zu halten.

Mischbrot ist der Deutschen liebste Brot. Sauerteig hebt das Geschmackserlebnis





Der Rohstoff ist ein ganz entscheidender Qualitäts-Faktor bei der Arbeit mit Sauerteig

Inzwischen wächst fast ausschließlich Hybridgetreide auf den Feldern – ertragsstark und -sicher, krankheitsresistent und proteinreich. Ein technisch gutes Roggenbrot zu backen, ist heutzutage keine große Herausforderung mehr.

Jedoch wandelt sich die Erwartungshaltung eines Teils der Verbraucherinnen und Verbraucher an das Brot. Es entwickelt sich vom Sattmacher zum Genussmittel. Die Sternegastronomie – nicht die klassische, französische Küche, sondern die Erneuerer, die Mutigen – und die Hobbybäcker/innen sind in Deutschland Treiber dieser Idee. Dort wird zunehmend fermentiert und Brot als Teil dieser Bewegung verstanden.

In Deutschland werden Trieb und Aroma in der professionellen Bäckerei oft getrennt voneinander behandelt

Brot als Genussmittel kann kein Massenprodukt sein. Es basiert letztlich auf drei Säulen die Dietmar Kappl, einer der besten Bäcker Österreichs sowie Manfred Schellin definiert haben:

1. Handwerkliches Können
2. Mehlqualität
3. Natürliche Fermentation und modernes Sauerteigwissen

Viele Profis halten das tradierte handwerkliche Wissen für nahezu ausschließlich entscheidend, um erstklassige Brote backen zu können. Tatsächlich ist ein guter Rohstoff – das Mehl – Grundvoraussetzung. Ebenso wie das Erkennen von Teigreifen und der adäquate Umgang mit Teigen.

Bei der Mehlqualität geht es nicht um Schädlingsbefall oder besonders proteinreiche Mehle. Bei der Selektion der Getreidesorten in den letzten Jahrzehnten war der Geschmack zweitrangig. Die wichtigere Rolle spielte die Backfähigkeit – der Proteingehalt galt als Währung für Bauer, Müller, Bäcker. Wichtig war die Maschinengängigkeit der sich ergebenden Teige, um günstig Masse produzieren zu können.

Der in Deutschland abnehmende Verbrauch von Roggenmehl korreliert zuverlässig mit der steigenden Fallzahl des Roggens in den



letzten Jahrzehnten. Ein Kausalzusammenhang ist nicht festgestellt, liegt aber nahe: das Resultat sind zunehmend trockenbackende Brote. Das muss erklärt werden: Die Fallzahl ist ein Hinweis auf die sogenannte Enzymaktivität, je höher die Aktivität desto geringer die Fallzahl.

Teige mit geringer Enzymaktivität, also mit hoher Fallzahl (entsprechend den aktuellen Roggenqualitäten) sind geduldiger, anspruchsloser in der Verarbeitung. Aber auch von eintönigem Geschmack und eben trockenbackend. Dem Gebäck fehlt es an Saftigkeit.

Reagiert wird meist mit Hilfe von externen Geschmacksgebern. Da wird mit passivem Malz hantiert oder auf die Backmittel-Industrie gesetzt. Sie korrigiert die nicht erwünschten Eigenschaften der jeweiligen Ernte und nivelliert das Geschmackserlebnis auf Einheitswerte. So bekommt man zuverlässig das gleiche Brot – in Norddeutschland wie in Süddeutschland. Sogar unter gleichem Namen.

Es gibt aber auch handwerkliche Maßnahmen, die helfen, ein Trockenbacken zu vermeiden: Zum Beispiel die Wahl des Roggens. Urkornroggen-Sorten wie Champagnerroggen oder Waldstaudenroggen haben, verglichen mit vielen Hybridsorten, zuverlässig deutlich niedrigere Fallzahlen und eine ungeahnte Aromentiefe. Zudem sind diese Mehle in den letzten Jahren immer gut beherrschbar gewesen und haben außerordentlich geschmackvolle Brote hervorgebracht.

Auch mit der Zugabe eines Roggenmalz-Brühstücks, der Erhöhung des Vollkornanteils oder der Arbeit mit Quell-, Brüh- und Kochstücken lässt sich mehr Saftigkeit in den Laib bringen. Verwendet man für ein Brühstück Altbrot, kömmt neben mehr Saftigkeit sogar noch mehr Aroma ins Brot. Wobei das Geschmackssache ist. Manche Menschen lieben es, anderen ist dieses Aroma zu stark. Es überdeckt die eigenen Noten des Roggens und milde Fermentations-Aromen.

Und nicht zuletzt ist die Fermentation ein wichtiger Schlüssel zum Brotgenuss. Sie hat alte Wurzeln in vielen Bereichen der



**HEFE GIBT PRODUKTIONSSICHERHEIT.
DAHER SORGT SIE IN BÄCKEREIEN FÜR
TRIEB. SAUERTEIG NUR FÜR AROMA**

Lebensmittelherstellung und -konservierung. Und das in allen Kulturen. Die Sachkenntnis wird heute insbesondere über Internet und Tourismus zusammengeführt und optimiert.

In Deutschland hat die Roggenbrotbereitung mit Hilfe der Fermentation beziehungsweise Teigversäuerung durch Hefen und Bakterien eine große Tradition. Das Wissen entstand empirisch und führte an verschiedenen Orten Deutschlands zu ganz unterschiedlichen Verfahren, die allerdings nur noch von sehr wenigen professionellen Bäckern umgesetzt werden.

Selbst in den Fachschulen wird das Wissen nur unzureichend gepflegt und konserviert. Heute werden, weil die Erfindung der Backhefe den Umgang mit Roggenteigen sehr vereinfacht, Trieb und Versäuerung in zwei voneinander unabhängige Prozesse gepackt. Die Teigeigenschaft „Trieb“ mit Hilfe der Hefe, die notwendige Eigenschaft „Säure“ mit Hilfe von ausgereiftem, stabilem Roggensauerteig



Die Enzymtätigkeit früherer Roggensorten musste mit Sauerteig verlangsamt werden. Heute ist eher Trockenbacken ein Problem



BROT ENTWICKELT SICH ZUNEHMEND
ZU EINEM GENUSSPRODUKT, IN DER
STERNEGASTRONOMIE IST DIE TEIG-
FERMENTATION BEREITS EIN THEMA

beeinflusst. Feinere, aromabestimmende Stellschrauben durch Fermentations-Steuerung oder gar unterschiedliche Getreidesorten bleiben häufig außen vor.

Im Folgenden die wichtigsten Ideen traditioneller, Backhefe-freier Roggenbrot-Bäckerei mit einer Kurzcharakterisierung. Alle traditionellen deutschen Sauerteigführungen werden mit Roggenmehl angesetzt.

Berliner Kurzsauer

Kurze, warme, weiche Führung, viel Anstellgut (ASG) wird benötigt. Vorgesehen für mildes Mischbrot, ist er in der deutschen Bäckerei eher ein Exot.

Salz verzögert die Fermentation. Das macht sich der Monheimer Salzsauer zunutze

ASG-Menge 20% vom Roggensauerteigmehl

Reifezeit: 4 Stunden
Teigtemperatur: 35°C
Teigausbeute: 200

Monheimer Salzsauer

Die Idee dieser Führung war, nur noch zweimal pro Woche einen Sauerteig ansetzen zu müssen. Die Salzzugabe vermindert die Stoffwechselgeschwindigkeit (Stabilisierung) des Sauerteiges. Ein wichtiger Nebeneffekt ist das Bremsen der Essigsäureproduzenten. Diese Führung ist einfach, sicher im Ergebnis, ausgewogen im Geschmack.

ASG-Menge 20% vom Roggensauerteigmehl

Reifezeit: 15 Stunden
Teigtemperatur: 32°C, fallend auf 22°C
Teigausbeute: 200
2% Salz (bei Hauptteigbereitung entsprechend reduzieren)



Detmolder 3-Stufen-Sauer

Diese Führung ist der Klassiker und gilt als Königsdisziplin. Sie erzeugt milde, aromatische und triebstarke Sauerteige. Richtet man die Führung so aus, dass die letzte Stufe zeitlich kurz ausfällt, sinkt die Verarbeitungstoleranz und steigt die Brotqualität.

1. Stufe (Anfrischsauer)

Mengen: 1:2:3 (ASG:Mehl:Wasser)

Reifezeit: 5-8 Stunden

Teigtemperatur: 25-26°C

Teigausbeute: 200-220

2. Stufe (Grundsauer)

Mengen: 2:5:3 (ASG:Mehl:Wasser)

Reifezeit: 6-10 Stunden

Teigtemperatur: 23-28°C

Teigausbeute: 150-165

3. Stufe (Vollsauer)

Mengen: 2:3:3 (ASG:Mehl:Wasser)

Reifezeit: 3-10 Stunden

Teigtemperatur: 25-32°C

Teigausbeute: 180-200

Detmolder 2-Stufen-Sauer

Eine bewährte Praxis für hochwertige Starterkulturen. Als Besonderheit kann die erste Stufe lang gezogen werden. Guter, sicherer Allrounder für die Roggensauerteig-Bäckerei.

1. Stufe

Mengen: 1:12:6 (ASG:Mehl:Wasser)

Reifezeit: 15-24 Stunden

Teigtemperatur: 25°C

Teigausbeute: ca. 150

2. Stufe

Mengen: 1:2:2 (ASG:Mehl:Wasser)

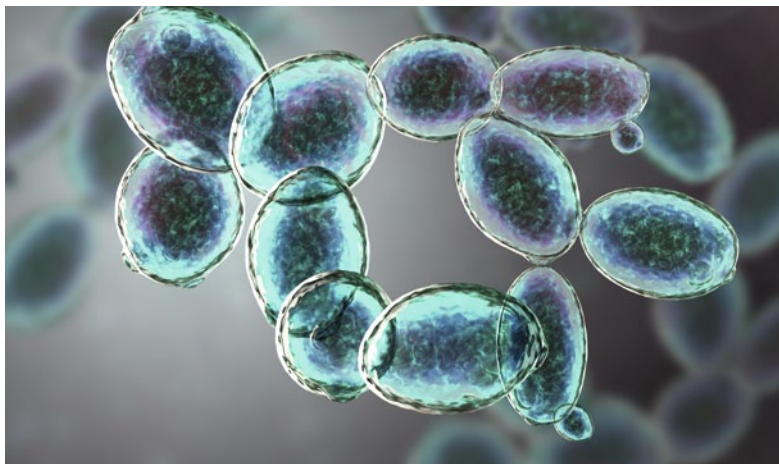
Reifezeit: 4 Stunden

Teigtemperatur: 28°C

Teigausbeute: ca. 190

Detmolder 1-Stufen-Sauer

Die Führung mit dem höchsten Versäuerungsvermögen und der größten Verarbei-



Sauerstoff regt die Hefen an, darauf setzt das Schaumsauer-Verfahren

tungstoleranz. Säuregrad und pH-Wert dieser Brote sind am stärksten ausgeprägt. Deshalb eignet sich die Methode besonders für säuretolerante Mehle und Schrote. In deutschen Bäckereien nur üblich in der Kombination mit Backhefe. Lehrmeinung ist, dass die Triebkraft einstufiger Führungen nicht ausreicht, Brotteigen ein ansprechendes Volumen zu geben. In Wahrheit ist die Qualität des Starters ausschlaggebend.

Mengen: 1:10:10 (ASG:Mehl:Wasser)

Reifezeit: 15-24 Stunden

Teigtemperatur: 25°C

Teigausbeute: ca. 200

Schaum- oder Schlagsauer-Verfahren

Ein aufwändiges fünfstufiges Verfahren, um den Hefekulturen Sauerstoff zur Verfügung zu stellen. Auf diese Weise können sie sich in adäquater Zahl vermehren. Der Fakt, dass Sauerstoff für die Hefevermehrung essenziell notwendig ist, wird häufig vernachlässigt und ist zentraler Bestandteil dieses Verfahrens. Es ist die effektivste Methode, Säurebildung zu unterdrücken – durch Stärkung der Hefen und den Austrieb von Kohlendioxid. Auf diese Weise wird auch die Brotlocke- rung optimiert. Ob das Verfahren ohne Automatisierung professionell angewendet wird, ist nicht bekannt.

FALLZAHL

Sie gibt Auskunft über die Backfähigkeit des Mehls. Für ihre Bestimmung werden mindestens 300 Gramm Getreide entnommen, gut durchmischt und in einer Schlagkreuzmühle vermahlen. Von dieser Masse entnimmt man ein Menge, die vom Feuchtigkeitsgehalt des Mehls abhängt. Bei 14 Prozent sind es 7 Gramm. Diese kommt zusammen mit 25 Milliliter Wasser ins Messgerät, das Fallkörperviskosimeter. Das Viskosimeter-Röhrchen wird mit einem Gummistöpsel verschlossen und mindestens 40 mal heftig geschüttelt bis die Masse klümpchenfrei ist.

Das Röhrchen kommt dann – ohne Stöpsel – in ein 95°C heißes Wasserbad. Nach fünf Sekunden beginnt ein Rührvorgang, bei dem der Messstab vertikal hin- und herbewegt wird. Nach 60 Sekunden wird er nach oben gezogen und losgelassen. Durch sein Gewicht wird der Messstab nun nach unten gezogen. Dabei setzt ihm das verkleisterte Mehl Widerstand entgegen. Ist der Messstab

gegen diesen unten angekommen, wird die Zeit gestoppt. Sie gibt in Sekunden die Summe von Rühr- und Sinkzeit an – das ist die Fallzahl. Die ideale Fallzahl von Weizen liegt zwischen 250 und 300 Sekunden. Bei Roggenmehl sind es 150 bis 180 Sekunden. Darunter und darüber gilt ein Mehl als nicht backfähig. Wobei das so pauschal nicht stimmt. Da ist dann aber gutes handwerkliches Wissen gefragt.

Ganz unkritisch wird die Fallzahl nicht mehr gesehen. So ignoriert der Test Faktoren wie die Beschaffenheit der Stärke. Deren Struktur war zum Beispiel 2010 härter als üblich. Ergebnis eines heißen Sommers. Zudem sind in Untersuchungen auch bei Fallzahlen unter 100 Sekunden gut gelockerte Gebäcke produziert worden. Gleichwohl ist der Wert einer der ersten, nach denen ein Bäcker fragt.

1. Stufe

Mengen: 1:1:2 (ASG:Mehl:Wasser)

Reifezeit: 3 Stunden

Teigtemperatur: 23°C

Teigausbeute: ca. 300

2. Stufe

Mengen: 1:1:2 (ASG:Mehl:Wasser)

Reifezeit: 3 Stunden

Teigtemperatur: 23°C

Teigausbeute: ca. 300

3. Stufe

Mengen: 1:1:2 (ASG:Mehl:Wasser)

Reifezeit: 3 Stunden

Teigtemperatur: 23°C

Teigausbeute: ca. 300

4. Stufe

Mengen: 1:2:2 (ASG:Mehl:Wasser)

Reifezeit: 6 Stunden

Teigtemperatur: 23°C

Teigausbeute: ca. 265

5. Stufe

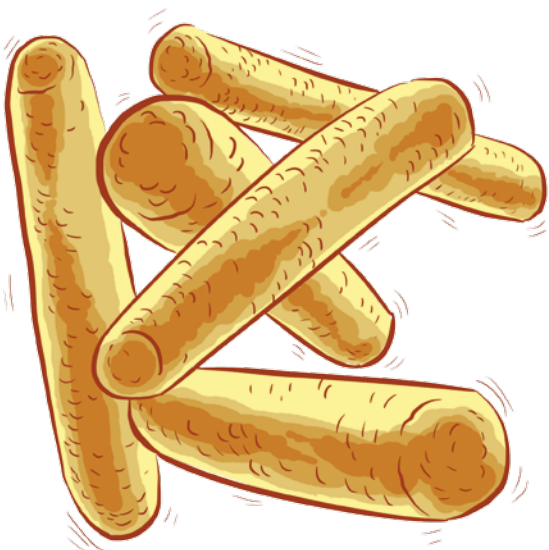
Mengen: 3:1:1 (ASG:Mehl:Wasser)

Reifezeit: 20 Minuten

Teigtemperatur: 23°C

Teigausbeute: ca. 170

Mit Hilfe der beschriebenen traditionellen Methoden der Sauerteigbereitung lassen sich Roggenbrot-Rezepte sehr genau auf die Ziele anpassen. Denn dieses Wissen eröffnet Steuerungsmethoden, also Werkzeuge für die Vor-teigbereitung, um hochwertige, handwerkliche



Laktobazillen in guter Balance zu halten, ist ein Ziel der Sauerteigführung



Wenn sich das Teigvolumen im Gärkorb verdoppelt hat, kann gebacken werden. Die Zeit dafür hängt von der Fitness des Sauerteiges ab

Brote zu fertigen und die dahinter liegenden Prozesse zu verstehen. Zudem lässt sich so auf zu viel oder zu wenig Säure reagieren.

Roggenmischbrote auf Basis dieser Techniken haben eine außerhalb Deutschlands nur selten bekannte Qualität. So nuancierte, durch Fermentation entstandene, erdig-aromatische Brote finden zunehmend Eingang in die anspruchsvolle Küche. Von Von Sterneköchen wird betont, dass solche Brote einen eigenen Gang verdient hätten.

Also ran an die Praxis. Mit einem Rezept nach dem Motto „Vergesst mir die Klassiker nicht“. Zum Einsatz kommen dabei zwei eher helle Mehle. Weizenmehl 812 ist wahrscheinlich das am stärksten unterschätzte deutsche Brotmehl. Es entwickelt (pur gebacken) bei guter Qualität einen tollen Geschmack und eine leuchtend golden-kupferfarbene Kruste.

Kombiniert mit einem Roggenmehl 997 oder 1150 bekommt man durch die natürliche Fermentation dieser Mehle unter Beachtung der Säureentwicklung ein harmonisches Aromenspiel. Die Erwartung an eine über Tage dauernde Frischhaltung wäre überzogen und den Mehlen nicht angemessen.

Das Brot kombiniert mit dem Monheimer Salzsauer-Verfahren ist ein echtes Alltagsbrot, weil das Fermentationsaroma ohne dominierende Säure sehr gut zu den mittelschwergewichtigen Mehlen passt. Die volle Gare abzapfen, damit das Brot eine geschlossene glatte Oberfläche behält, mag ein Anspruch für Gebäudeästhetiker sein. Deutlich wichtiger ist es, die Fermentation zu beherrschen und ein geschmacklich rundes Brot aus dem Ofen zu ziehen.

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.





- Den Teig 10 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur ruhen lassen.
- Den Teig kräftig rundwirken und dann langformen. Mit Schluss nach oben im gut bemehlten Gärkorb zur Gare stellen, bis er sich mindestens verdoppelt hat. Je nach Fitness des Sauerteiges kann das zwischen 1 und 6 Stunden dauern.
- Den Teigling vorsichtig aus dem Gärkorb stürzen, zweimal einschneiden, mit Wasser abstreichen und in den gut vorgeheizten Backofen geben.
- Bei 260°C Ober-/Unterhitze 10 Minuten anbacken, dann die Temperatur auf 210°C senken und weitere 50 Minuten zuende backen. Sofort nach dem Backen noch einmal mit Wasser abstreichen. ■

Sauerteig (Monheimer Salzsauer)

- ▶ 265 g Roggenmehl 997
- ▶ 265 g Wasser (warm)
- ▶ 50 g Anstellgut
- ▶ 6 g Salz

Die Zutaten gründlich vermischen und abgedeckt 15-20 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 400 g Weizenmehl 812
- ▶ 175 g Wasser (warm)
- ▶ 12 g Frischhefe (optional)
- ▶ 8 g Salz

Die Zutaten in der Knetmaschine 8 Minuten langsam mischen, dann 4 Minuten schneller kneten.

DAS ABSTREICHEN MIT
WASSER VERLEIHT DEM BROT
SEINEN GLANZ



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“. 🌱

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. 🌱

Avocado

11,95 EURO

17,95 EURO

5er-Set

4er-Set groß

19,95 EURO

6er-Set klein

Bestellung: 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 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 gemahlene 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

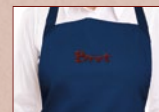
040/42 91 77-110

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.

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. ■

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.

29,- EURO



Brot

28,- EURO



BROTLeinen – Grün

Diese umweltfreundliche Alternative zum herkömmlichem Bäckerleinen besteht zu 100 Prozent aus recycelten Garnen (Global Recycled Standard-Zertifizierung). Das Material ist weich, widerstandsfähig und besteht aus 40 Prozent Leinen, 30 Prozent Baumwolle und 30 Prozent Polyester. Die Maße: 60 x 150 Zentimeter. ■

Bestellung: 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



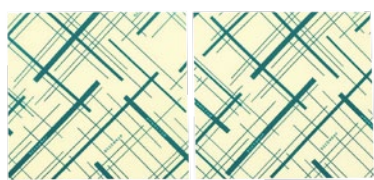
Bee's Wrap 3er-Set Käse
25 x 27,5 cm

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

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

040/42 91 77-110





BROTmesser, Hamburger

42,- EURO

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 nicht-rostfreiem Carbonstahl. In Europa haben mittlerweile die rostfreien Messer die Carbonstahlmesser fast völlig verdrängt, obwohl diese an sich zum Schneiden besser geeignet sind.

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

Aufgrund ihres reicheren Kohlenstoffgehaltes (bei uns über 0,8%) können sie höher gehärtet und damit dünner und schärfer geschliffen werden. Zudem sind sie langlebiger. 🍷

BROTmesser, Ellenlang

Mit einer Klingenlänge von 26 Zentimetern ist dieses wunderschöne

BROTmesser zum Schneiden von großen Landbroten 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 Messer 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. 🍷

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



79- EURO



JE
9,80 EURO



Gärkörbe

Die Gärkörbe aus Holzschliff sind für Brote bis 1 Kg geeignet. Holzschliff ist ein Naturprodukt aus frischem Fichtenholz, was frei von jeglichen chemischen Zusätzen ist und auf rein physikalischem Wege hergestellt wird. Die aus nachhaltiger Forstwirtschaft stammenden, frischen Baumstämme werden dabei unter Wasserzufuhr an rotierende Steinwalzen gepresst. Die Gärkörbe sind komplett in Deutschland gefertigt. 🍷

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. 🍷



99,- EURO



Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110





TRAUBEN-CHUTNEY

Zutaten

- ▶ 500 g weiße und rote Trauben gemischt
- ▶ 100 g Zucker
- ▶ 100 g Weißweinessig
- ▶ 1 Apfel (klein)
- ▶ 1 Zwiebel (klein)
- ▶ 2-4 g Ingwer
- ▶ 20 g Speiseöl (neutral)
- ▶ 10 g Senfkörner
- ▶ 5 g Salz
- ▶ 1 g Pfeffer

Dieses Trauben-Chutney ist wahrlich unwiderstehlich. Der Dip hat eine milde Süße, gepaart mit der würzigen Schärfe von Pfeffer, Senfkörnern und frischem Ingwer. Es ist ein perfekter Begleiter zu Lamm, Rind, Käse oder auch mal pur aufs Brot. Ob warm oder kalt – das Chutney schmeckt immer und lässt sich gut auf Vorrat herstellen.

☉ Den Apfel vom Kerngehäuse befreien und in kleine Stücke schneiden. Die Zwiebel und den Ingwer hacken. Mit dem Öl in einem Topf glasig dünsten.

☉ Dann den Zucker dazugeben und umrühren, bis er sich aufgelöst hat. Mit dem Essig ablöschen und die Trauben dazugeben.

☉ Das Chutney auf kleiner Stufe köcheln lassen, bis die komplette Flüssigkeit verdampft ist. Sobald es eindickt, muss ständig gerührt werden.

☉ Zur Prüfung der richtigen Konsistenz gibt man einen Teelöffel der Masse auf einen Teller. Wenn die Masse nur wenig bis gar nicht auseinander läuft, ist das Chutney fertig.

☉ Den Pfeffer und die Senfkörner mit dem Salz zusammen kurz in einem Mörser anstoßen, zum Chutney geben und unterrühren.

☉ Zum Schluss das Chutney in heiß ausgespülte Gläser füllen und sofort verschließen. 🍷

Rezept & Bild: Sylvia Richter



Jetzt bestellen



€ 8,50

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

ALOE VERA-LAIB

Die Aloe Vera-Pflanze ist vor allem durch ihre heilsame Wirkung bekannt. So kommt sie bei der Behandlung von allerlei Erkrankungen zum Einsatz. Ob Aloe Vera auch in diesem Brot positive Eigenschaften auf die physische Verfassung hat, ist nicht belegt. Wohl aber hat sie einen Einfluss auf die Psyche. Denn sie sorgt für ein breites Grinsen auf dem Gesicht jedes Brot-Fans – so lecker ist der fluffige Weizenlaib.


Tipp

1 g Frischhefe entspricht etwa der Größe einer Kichererbse

Teig-Zutaten

- ▶ 350 g Weizenmehl 1050
- ▶ 150 g Weizenschrot (mittel)
- ▶ 150-200 g Wasser
- ▶ 150 g Joghurt
- ▶ 100 g Lievito Madre
- ▶ 30 g Aloe Vera-Saft
- ▶ 20 g Honig
- ▶ 15 g Salz
- ▶ 1 g Frischhefe

Rezept & Bild: Bärbel Adelhelm

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

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad: ★☆☆☆
Getreide: Weizen
Triebmittel: Lievito Madre, Hefe
Teigkonsistenz: bindig
Zeit gesamt: 17-19,5 Stunden
Zeit am Backtag: 2,5-3 Stunden
Backzeit: 45 Minuten
Starttemperatur: 250°C
Backtemperatur: 200°C
nach 10 Minuten
Schwaden: beim Einschließen

- Die Lievito Madre mit der Hefe und dem Wasser vermischen. Joghurt und Aloe Vera-Saft dazugeben und alles gut rühren. 15 Minuten ruhen lassen.
- Mehle, Salz und Honig mit der Hefemischung etwa 10 Minuten bei langsamer Geschwindigkeit verkneten. Der Teig muss sich vom Schüsselrand lösen.
- Für 2-4 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen. Danach für 12 Stunden in den Kühlschrank stellen.
- Nach dieser Zeit den Teig auf einer bemehlten Arbeitsplatte zu einem Laib formen und im Gärkorbchen 1,5-2 Stunden bei Raumtemperatur akklimatisieren und gehen lassen.
- Den Ofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen, das Brot in den Ofen geben, schwaden und 10 Minuten backen. Danach die Temperatur auf 200°C reduzieren und weitere 35 Minuten backen. ■

Tipp

Aloe Vera-Saft kann man fertig kaufen oder den Saft direkt aus den Blättern der Pflanze gewinnen. Dazu einfach das Blatt aufschneiden und die gelartige Masse mit einem Löffel abschaben.

Tipp

Wer keine Lievito Madre hat, kann stattdessen 7 g Frischhefe, 50 g Wasser und 50 g Weizenmehl 1050 verwenden.



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

Gazpacho
„Roter Stern“



Spaghetti mit
Haselnuss-Pesto

Schokoladen-
Muffin





Gazpacho „Roter Stern“

Herrlich erfrischend und kühl ist diese Gazpacho aus Tomate, Gurke und Paprika – bestreut mit würzigem Feta und sterneverdächtig guten Röstbrot-„Croutons“.

● Paprika vierteln und entkernen, je ein Paprikaviertel beiseite legen, übrige Paprikaviertel grobstückeln.

● Die Gurke schälen und vierteln, ein Endstück beiseite legen, übriges Gurkenfleisch grob würfeln.

● Das zurückgelegte Gemüse fein würfeln, leicht salzen.

● Aus dem Toastbrot Sterne (oder andere Formen) ausstechen, die Abschnitte in den Mixer geben, es sollten ca. 150 g sein.

● Das grob gestückelte Gemüse zum Toast im Mixer geben, mit Essig und 4 EL Olivenöl fein pürieren. Mit Salz und Chili würzen und kalt stellen.

● 4 EL Olivenöl in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen, die Stern-Croutons darin hellbraun braten, salzen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

● Gazpacho auf tiefe Teller verteilen. Feta zerbröseln, Basilikum zupfen und mit den Croutons und dem fein gewürfelten Gemüse auf der Gazpacho anrichten. ■

Tipp

Die Gazpacho fällt je nach Menge und Qualität des verwendeten Toastbrot unterschiedlich dickflüssig aus. Mit etwas Wasser, kalter Brühe oder Tomatensaft kann man sie auf die gewünschte Konsistenz verdünnen.

Zutaten (Für 4 Personen)

- ▶ 1 rote Paprikaschote
- ▶ 1 orangefarbene Paprikaschote
- ▶ 1 Salatgurke
- ▶ 300 g Toastbrot (trocken oder frisch)
- ▶ 1-2 EL Weißweinessig
- ▶ Olivenöl
- ▶ Salz
- ▶ Chili
- ▶ 100 g Fetakäse
- ▶ einige Blättchen Basilikum

Zubereitungszeit



25 Minuten

Spaghetti mit Haselnuss-Pesto

Diese italienische „Arme-Leute Pasta“ beweist, das wahre geschmackliche Größe nicht vom Geldbeutel abhängt. Die aromatische Pasta mit Röstbrot, Petersilie, würzigen Sardellen, Oliven und Knoblauch ist einfach: Bellissima!

Zutaten

(Für 4 Personen)

Nudeln

- ▶ 250-300 g Spaghetti
- ▶ Salz

Nudeln nach Packungsanweisung in Salzwasser knapp gar kochen, abgießen und kurz unter kaltem Wasser abbrausen, im Sieb abtropfen lassen.

Pesto

- ▶ 100 g Haselnussblättchen oder gehackte Haselnüsse
- ▶ 1 Knoblauchzehe
- ▶ 1 großes Bund krause Petersilie
- ▶ 50 g Parmesan
- ▶ 80-100 ml Olivenöl
- ▶ Salz
- ▶ 60 g geriebene Altbrot-Brösel (oder Semmelbrösel)
- ▶ 1 EL Butter
- ▶ 1 unbehandelte Zitrone
- ▶ 8-12 schwarze Oliven, ohne Stein
- ▶ schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- ▶ Sardellenfilets (Anchovis) nach Geschmack

● Haselnüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten, abkühlen lassen.

● Knoblauch pellen.

● Petersilie waschen, trockenschleudern und grob hacken.

● Die Hälfte der Haselnüsse mit Petersilie, Knoblauch und Parmesan im Mixer auf mittlerer Stufe pürieren, dabei das Olivenöl in dünnem Strahl einlaufen lassen, bis ein cremiges Pesto entstanden ist. Mit Salz würzen und kalt stellen.

● Während die Nudeln kochen, die Altbrot-Brösel mit der Butter in eine Pfanne geben und unter Rühren bräunen. 1/2 TL Zitronenschale fein abreiben und mit den übrigen Haselnüssen unterrühren, die Brösel leicht salzen.

● Spaghetti abgießen, tropfnass und heiß im Topf mit Oliven und Pesto mischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Auf vorgewärmten Tellern mit ganzen Sardellen nach Geschmack anrichten und mit Bröseln bestreut servieren. 🍴

Zubereitungszeit



25 Minuten







Schokoladen-Muffin

Der schokoladige Muffin schmeckt warm aus dem Ofen am besten, serviert mit zerlassenen Vanilleeis und Himbeermarmelade.

- Die Milchbrötchen fein würfeln.
- Die Schokolade raspeln und mit 1 TL Puderzucker, Sahne und einer Prise Zimt in einem Topf bei milder Hitze unter Rühren schmelzen.
- Die Schokomasse in eine Metallschüssel umfüllen und die Eier nacheinander rasch unterrühren.
- Die Schokoladencreme mit den Milchbrötchen-Würfelchen mischen – ganz locker mit einem Löffeln, nicht zerdrücken oder quetschen. Den Ofen auf 200°C heizen.
- 6 Mulden einer Muffinform mit Butter ausstreichen, mit Bröseln ausstreuen, die Schoko-Milchbrötchen-Masse in die Mulden verteilen.
- Im heißen Ofen mit Alufolie bedeckt auf der ersten Schiene von unten 20 Minuten backen. Im ausgeschalteten und geöffneten Ofen leicht abkühlen lassen.
- Vanilleeis schmelzen (nicht erwärmen), Himbeermarmelade mit ein paar Spritzern Zitronensaft und wenig Wasser auf die gewünschte dickflüssige Konsistenz rühren.
- Die Muffins mit den Saucen anrichten und mit Puderzucker bestäubt servieren. 🍰

Zutaten (Für 6 Muffins)

- ▶ 200 g Milchbrötchen oder Brioche
- ▶ 50 g Zartbitterschokolade/ Kuvertüre
- ▶ Puderzucker
- ▶ 100 ml Schlagsahne
- ▶ Zimtpulver
- ▶ 2 Eier (M/L)
- ▶ 2 TL Butter
- ▶ 3 TL Semmelbrösel
- ▶ 4-6 EL Vanilleeis
- ▶ 4 EL Himbeermarmelade
- ▶ Zitronensaft

Zubereitungszeit



40 Minuten

Rezepte **entschlüsseln** und entwickeln

Prozentrechnung

Es gibt Menschen, die backen aus dem Handgelenk. Hiervon ein bisschen, davon ein bisschen und Wasser soviel, bis die Konsistenz passt. Wird schon. Und dann gibt es jene, die einen sehr mathematischen Weg gehen. Da müssen es dann 163 Gramm Mehl sein und die Hefemenge wird mit zwei Nachkommastellen angegeben. Die Wahrheit liegt wie so oft in der Mitte. Tatsächlich hilft Mathematik bei Verständnis und Entwicklung von Rezepten.

Wer sich intensiver mit dem Backen von Brot beschäftigt, stolpert irgendwann unweigerlich über das Wort „Bäckerprozent“, und sei es in einem belehrenden Facebook-Kommentar. Denn tatsächlich zerlegen die Profis ihre Rezepte in Prozente. Wenn man die erstmal richtig verstanden hat, wird es zum Kinderspiel mit Excel, selbst Rezepte zu entwickeln, von denen man ziemlich sicher voraussagen kann, dass sie funktionieren.

Grundlage bei der Berechnung ist immer das Mehl. Wobei Profis hier lieber von Getreidemahlprodukten sprechen. Schließlich kann es auch Schrot sein, das zum Einsatz kommt. Mehl entspricht dem Bezugswert 100. Von dort aus wird gerechnet.

Am einfachsten ist es mit dem Salz. Denn davon gibt man in der Regel 2% ins Brot – eben bezogen auf die Mehlmenge. Bei 600 g Mehl kommen 12 g Salz in den Teig. Bei reinen Roggenbroten dürfen es auch mal 2,2% sein. Manche Bäckereien gehen bis 2,4%. Aber weiter aufwärts schmeckt das Brot zu salzig.

Etwas schwieriger ist es mit dem Wasser. Denn wie viel davon ins Brot kommt, hängt vom verwendeten Mehl ab. Helles Weizenmehl bindet weniger Wasser als Vollkornmehl, Roggen in der Regel etwas mehr als Weizen. Aber wer seine Mehle kennt, weiß wieviel er ihnen zumuten kann.

Ein Teig mit 60% Wasseranteil zum Beispiel (wie immer – auf die Mehlmenge) wird eher fest. Einer mit 90% Wasseranteil fließt hingegen weg, wenn nicht ein besonderes Mehl verwendet wird. In Bäckereien beträgt der Wasseranteil bei Brötchen in der Regel um 55%, bei Vollkornbroten etwa 80%.

Gerade bei der Angabe des Wasseranteils scheren die deutschen Profis übrigens aus. Während überall in der Welt die Hydratation in Prozent angegeben wird, ist es in Deutschland die Teigausbeute.

Auch da gilt das Mehl als Bezugsgröße mit dem Wert 100, die Wassermenge wird dann aber dazu addiert. Ein Wasseranteil von 70% wird so zur Teigausbeute (TA) 170.

Von dieser Anomalie aber wieder zurück zu den Bäckerprozenten. Neben den Kern-Zutaten Mehl, Wasser und Salz werden auch Hefe und alle weiteren Zutaten in Prozente zerlegt.

Hat man erst einmal durchschaut, welche Konsistenz das Brot mit 70% Wasseranteil hat



und wie lang die Gare bei 1,5% Hefezusatz ist, dann entwickelt sich schnell ein umfassendes Verständnis für Rezepte. Damit kann man auch eigene entwickeln und bereits anhand der Zahlen beurteilen, wie das Brot am Ende wird.

Eine strikte Zahlenorientierung verrät sich immer dann, wenn in einem Rezept wunderlich exakte Zahlen angegeben sind. Dann hat jemand das Rezept anhand der Procente entwickelt und die sich daraus ergebenden Zahlen übernommen, ohne sie zu runden.

Davon sollte man sich nicht blenden lassen. Klassische Haushaltswaagen haben einen Abweichungswert von 10 Gramm. Zeigt sie 163 g an, können da in Wahrheit auch 170 g Mehl in der Waagschale liegen. Selbst bei hochwertigen Geräten liegt der Abweichungswert noch bei 1 Gramm. Insofern hat die gefühlte Genauigkeit keinen Mehrwert für die Brotqualität.

Wie sieht nun aber eine klassische Zutatenliste in Bäckerprozenten aus? Als Beispiel hier das Rezept „Schneller Mischa“ aus BROT, Ausgabe 1/20.

Roggenmehl 1370	200 g	33,3%
Weizenmehl 550	200 g	33,3%
Weizenmehl 1050	200 g	33,3%
Mehl insgesamt	600 g	100%
Wasser (eiskalt)	440 g	73,3%
Frischhefe	12 g	2,0%
Honig	15 g	2,5%
Salz	12 g	2,0%

Der Standardwert für Salz im Brot liegt bei 2%



Bäckerei-Brötchen haben oft einen Wasseranteil um 50%, sind entsprechend schnell trocken



Wer die Bäckerprozente entschlüsselt hat, kann Brot-Rezepte leicht anhand von Zahlen auf dem Papier entwickeln

Aus den Prozentwerten lässt sich bereits lesen: Mit 73,3% Wasser ist der Weizen-Roggen-Mischteig eher fester. Bei 2% Hefeeinsatz erreicht der Teig seine Backreife bei Raumtemperatur in etwa zwei bis zweieinhalb Stunden und bei 2,5% Honig-Anteil hat das Brot später eine milde Süße. Das alles weiß man, noch bevor das Brot zum ersten Mal gebacken wird.

Besteht das Brot aus mehreren Komponenten, also Null- und Vorteigen, werden die Zutaten der einzelnen Vorstufen zusammengerechnet. Als Beispiel das Rezept „Hellga“ aus BROT 2/20:

Sauerteig

Roggenmehl 1370	200 g
Wasser	200 g
Anstellgut	20 g
Salz	5 g

Hauptteig

Wasser (kalt)	280 g
Weizenmehl 550	400 g
Salz	7 g

Summen:

Mehl	600 g	100%
Wasser	480 g	80%
Salz	12 g	2%

Anteil des versäuerten Mehls 200 g 33,3%





Selbst die Garzeit lässt sich anhand der Prozentzahlen vorab relativ präzise voraussagen

Erkenntnis: Mit 80% Wasser ist der Teig sehr weich, das Brot später sehr saftig und lange haltbar. Bei Versäuerung von einem Drittel des Mehls liegt die Gare des Hauptteiges mit einem aktiven Sauerteig bei Raumtemperatur bei etwa 4 Stunden, bevor gebacken werden kann (oder auch bis zu 24 Stunden im Kühlschrank).

Auffällig: Die Summe der Prozentwerte übersteigt immer die 100 – bei 179,8 für den Schnellen Mischa und bei 185,3 für Hellga. Bei Broten mit hohem Wasseranteil und weiteren Zutaten kann sie auch über 200% liegen. Weil die Bezugsgröße der Prozente eben nicht der gesamte Teig ist, sondern immer die Mehlmenge.

Dank der Prozente kann man jedes Brot auch beliebig skalieren. Denn alle Zutaten lassen sich linear erhöhen oder verringern. Wenn ein 1-Kilo-Laib 2% Salz enthält, dann gilt das für die 6-Kilo-Version gleichermaßen. Gegebenenfalls sind Knet- und Backzeiten anzupassen. Ansonsten lässt sich jedes Rezept beinahe beliebig hoch- und runterrechnen. Ist



Beim Backen mit langer Teigführung liegt der Hefe-Anteil unter 2%

ein Kilo Brot zuviel, halbiert man alle Zutatenmengen, knetet etwas weniger und backt 10 Minuten kürzer. Aber die Umrechnung der Zutaten ist eben ein Kinderspiel.

Wer also einmal ein paar Rezepte in ihre Prozente zerlegt hat, weiß genau, welche Wirkung die einzelnen Zutaten erzielen. Damit ist man schnell in der Lage, eigene Rezepturen zu entwickeln und schon beim Aufschreiben vorzusehen, wie sich der Teig am Ende anfühlt und das Brot wahrscheinlich schmeckt. 🍞

REZEPT-UMRECHNUNG

Der Vorteil von Brot-Rezepten liegt darin, dass man die Teigmenge beliebig verringern oder vergrößern kann. Hilfreich ist dafür ein Excel-Werkzeug, das Frank Prior eingerichtet hat. Eingegeben werden muss ein Faktor – 0,5 zum Beispiel für die halbe Menge oder 2 für die doppelte Menge. Dann gibt man in die entsprechenden Felder alle Zutaten ein und erhält umgehend die Information, wie sich die Zutatenmengen ändern. Herunterladbar ist der Rezept-Umrechner unter www.brot-magazin.de/werkzeuge



Hellga ist mit 80% Wasser-Anteil ein saftiges Brot, der Teig weich. Das verraten die Zahlen bereits



Italien zu Hause erleben



Jetzt bestellen:

040/42 91 77-110

service@brot-magazin.de

Hauptnahrungsmittel,
Nährstoffbombe – und frei von Gluten

Backen mit Hirse

Nach einer langen Zeit des Schattendaseins erlebt Hirse wieder eine Renaissance. Dabei gehört die zur Familie der Süßgräser zählende Pflanze zu den ältesten Getreidesorten. Beim Backen – nicht nur in der glutenfreien Küche – kann man Brote, Brötchen und Co. mit ihrem leicht nussigen Aroma aufpeppen.

Hirse kennen viele Vogel-Besitzerinnen und -Besitzer vor allem als Futter für Wellensittiche

Schon Herkunft und Bedeutung des Namens Hirse geben Aufschluss über die Relevanz des kleinen Korns. Hinter

dem mittelhochdeutschen Begriff hirs(e), althochdeutsch hirsī, versteckt sich die Herleitung von einem indogermanischen Wort für Sättigung. Hirse ist ein Grundnahrungsmittel, dem in den vergangenen Jahrzehnten in Deutschland jedoch wenig Aufmerksamkeit geschenkt worden ist.

Die Kultivierung der Hirse reicht bis etwa 8.000 vor Christus zurück und hat ihren Ursprung mit großer Wahrscheinlichkeit in Asien. Neben der menschlichen Ernährung spielt das Korn auch als Futtermittel zum Beispiel für Hühner oder als Biomasse-Produkt zur Energiegewinnung eine große Rolle. Noch heute gehören Asien und auch Afrika zu den bedeutendsten Anbauländern der Hirse. Doch was macht sie so besonders?





Die kleinen Hirse-Körner werden überwiegend geschält verkauft, da die Schale vom Körper nicht verarbeitet werden kann



Die geschälten Hirse-Körner können zu Mehl verarbeitet werden, das in der glutenfreien Küche beliebt ist



Verglichen mit anderen Getreidearten liefert Hirse, ähnlich wie Hafer, eine besonders große Menge an Mineralstoffen und Spurenelementen. Zu den wichtigsten Bestandteilen zählen Magnesium, Eisen, Eiweiß A-, B- und C-Vitamine, Kalzium und Kalium. Darüber hinaus ist sie von Natur aus frei von Gluten, leicht verdaulich und wirkt basisch. In Afrika zählt sie nicht nur deswegen immer noch zu den Hauptnahrungsmitteln. Auch ihr gutes Sättigungsvermögen und die einfache Zucht macht die Pflanze beliebt.

Hirse braucht nur etwa 100 Tage zum Reifen. Sie hält Dürre-Phasen stand und kann saisonunabhängig angebaut werden. Das unterscheidet Hirse positiv von vielen Getreidearten. Auch in Deutschland stand sie, zum Beispiel in Form von Hirsebrei, lange Zeit auf dem Speiseplan und wurde bis zu Beginn des 20. Jahrhunderts kultiviert. In den

folgenden Jahrzehnten musste sie aber anderen, ertragreicheren Anbaupflanzen weichen. Allen voran den Massensattmachern Kartoffel und Mais.

Der Sammelbegriff „Hirse“ umfasst eine große Anzahl von verschiedenen kleinkörnigen Getreidearten, wobei diese jeweils in zwei Hauptgruppen unterteilt werden können: Sorghumhirsen und Millethirsen – auch Rispenhirse und Echthirse genannt.

Sorghumhirse ähnelt im Pflanzenaufbau dem Mais. Sie wird mehrere Meter hoch und hat runde Körner. Das Einsatzgebiet der Sorghumhirse umfasst in erster Linie Breie und Grützen. Aber auch beim Backen, zum Beispiel in Form von Fladen, findet das Korn Verwendung. Nicht nur in der Küche ist die Sorghumhirse von Bedeutung. Als nachwachsender Rohstoff gewinnt die Pflanze zur Strom- oder Gaserzeugung durch Biomasse zunehmend an Bedeutung. Schließlich hat Sorghumhirse ein hohes Ertragspotenzial und ist damit eine vielversprechende Alternative zum Mais.



Die Zwerghirse ist in der glutenfreien Küche gemahlen vor allem als Teffmehl bekannt



Goldhirsemehl zählt zu den bekanntesten Sorten.
Es wird aus Millethirse hergestellt

Der Gruppe der Millethirse, auch echte Hirse genannt, gehören die meisten Gattungen an. Millethirse wird nicht ganz so hoch wie Sorghumhirse und ist im Vergleich eher klein-körnig. Die hierzulande wohl bekannteste Art ist die Goldhirse, die auch in Deutschland als heimisches Getreide angesehen wird. Das Einsatzgebiet ist vielfältig und erstreckt sich unter anderem über die Nutzung des Kornes als Hirsebrei, Mehl oder auch Hirsebier.

In den letzten Jahren gewann die Hirse in Europa wieder an Bedeutung. Nicht zuletzt durch die ernährungswissenschaftlichen Erkenntnisse – denn die Vorteile sind offensichtlich. In Europa wird hauptsächlich die Millethirse in Nahrungsmitteln verarbeitet.

Die Sorghumhirse-Ähren (Bild) wachsen eher senkrecht nach oben, während die Ähren der Millet-Hirse irgendwann durch das Eigengewicht herunterhängen






Mit Hirse lassen sich leckere glutenfreie Brote backen. Aber auch glutenhaltige Backwaren kann man mit dem Getreide gut aufpeppen

Text: Daniela Kanka

 @zottenglueck_

 /zottenglueck

 zottenglueck.blogspot.de

Zu ihr gehören die bekannten Arten Goldhirse, Braunhirse und die Zwerghirse Teff. Wie die Namen bereits vermuten lassen, unterscheiden sie sich maßgeblich in ihrer Farbe. Je nach Farbgebung variiert die Zusammensetzung der Nährstoffe und Spurenelemente. Während gelbliche Hirse reich an Beta-Carotin ist, strotzt die Braunhirse vor allem vor Silicium in Form von Kieselsäure.

Hirse ist aufgrund der unverdaulichen Schale nur ohne diese genießbar und wird daher fast ausschließlich geschält angeboten. Hirsekörner sind demnach keine Vollkornprodukte und der Ballaststoffgehalt ist deutlich niedriger als bei anderen Getreidesorten. Ausnahmen bilden die Braunhirse und Zwerghirse (Teff), die nur in ungeschälter Form vorkommen.

Während das Schälen der kleinen Körner der Zwerghirse viel zu aufwändig wäre, finden sich die wichtigen Mineralstoffe und Spurenelemente der Braunhirse in ihrer Schale, sodass diese Hirsearten durch ein spezielles Verfahren im ganzen Korn vermahlen werden. Da der Hirse das Klebereiweiß Gluten fehlt, kann mit ihr kein herkömmliches Brot gebacken werden. Jedoch sorgt die Zugabe in Teigen für aromatische Abwechslung.

Hirse kann auf vielfältige Art zubereitet werden und ist insbesondere für Menschen mit einer Glutenunverträglichkeit eine wahre Bereicherung beim Brotbacken. Sie kann als ganzes Korn gekocht und zum Beispiel zu Hirsesalat weiterverarbeitet werden. Ein beliebtes Gericht ist seit vielen tausend Jahren Hirsebrei. Hirseflocken wiederum sind eine willkommene Abwechslung zum vorherrschenden Hafer. Und verarbeitet als Mehl findet Hirse unter anderem in glutenfreien Mehlmischungen ihren Platz. Generell sollte man beachten, dass Hirse geröstet oder gekocht deutlich bekömmlicher ist als in rohem Zustand. 🌱




Anzeige



Braten
mit Spritz-
schutz!



www.teutoburger-oelmuehle.de

 @TeutoburgerOelmuehle

Sauerteig

- ▶ 10 g Anstellgut (glutenfrei)
- ▶ 40 g Reismehl Vollkorn
- ▶ 40 g Teffmehl
- ▶ 80 g Wasser

Das Anstellgut im Wasser auflösen und anschließend das Mehl untermischen. 12 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur reifen lassen.

Hauptteig

- ▶ 120 g Sauerteig (glutenfrei)
- ▶ 150 g Reismehl Vollkorn
- ▶ 100 g Teffmehl
- ▶ 100 g Maniokmehl
- ▶ 100 g Tapiokastärke
- ▶ 260 g Malzbier (glutenfrei)
- ▶ 170 g Wasser
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 5 g Flohsamenschalen (gemahlen)
- ▶ 5 g Frischhefe

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	glutenfrei
Triebmittel:	Sauerteig, Hefe
Teigkonsistenz:	bindig, geschmeidig
Zeit gesamt:	16,5 Stunden
Zeit am Backtag:	4 Stunden
Backzeit:	55 Minuten
Starttemperatur:	230°C
Backtemperatur:	230°C
Schwaden:	nein

MALZBIER-MISCHKRUSTE

In diesem glutenfreien Brot sind Sauerteig und aromatisches Malzbier hervorragend miteinander kombiniert. Durch das enthaltene Teffmehl in Verbindung mit der malzigen Note des Bieres bekommt das Brot einen besonderen, nussigen Geschmack und eignet sich hervorragend für süßen wie auch herzhaften Belag.

☉ Alle Zutaten 5 Minuten auf langsamer Stufe mischen. Anschließend weitere 3 Minuten auf schnellerer Stufe auskneten, bis sich der Teig komplett von der Schüssel löst und bindig ist.

☉ Den Teig in eine Schüssel geben und abgedeckt für 1,5 Stunden bei Raumtemperatur ruhen lassen. Der Teig sollte sein Volumen in dieser Zeit deutlich vergrößern.

☉ Den Teig auf eine bemehlte Unterlage geben, rundwirken und mit Schluss nach unten in ein gut bemehltes Gärkörbchen legen. Für weitere 1,5 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur zur Gare stellen.

☉ Rechtzeitig den Ofen mit Topf auf 230°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

☉ Den Brotlaib in den heißen Topf geben, mit dem Deckel verschließen und für 45 Minuten backen. Nach dieser Zeit den Deckel abnehmen und für weitere 10 Minuten fertigbacken. 🍴

Rezept & Bilder:
Daniela Kanka
@zottenglueck_
/zottenglueck
<https://zottenglueck.blogspot.de>





HIRSEBROT

Hirse ist nicht nur sehr lecker, sondern mit ihren wertvollen Inhaltsstoffen auch noch super gesund. Somit ist dieses Brot ideal für jene, denen nicht nur Geschmack wichtig ist, sondern auch gute Nährstoffe.

☉ Die trockenen Zutaten in einer Schüssel kurz vermengen. Dann das Kochstück unterrühren und zuletzt kräftig mit dem Hefegemisch verkneten.

☉ Den Teig mit feuchten Händen in Form bringen und in einen Topf mit Deckel geben. 30 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen.

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆

Getreide: glutenfrei

Triebmittel: Hefe

Teigkonsistenz: weich

Zeit gesamt: 2 Stunden

Zeit am Backtag: 2 Stunden

Backzeit: 70 Minuten

Starttemperatur: 230°C

Backtemperatur: 230°C

Schwaden: nein

☉ Währenddessen den Backofen auf 230°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

☉ Den Topf mit dem Brot in den Ofen geben und für 60 Minuten mit Deckel backen. Danach weitere 10 Minuten ohne Deckel fertig backen. ■

Rezept & Bild: Nadine Metz

 @glutenfreibackennadine

 /glutenfreibackennadine

Kochstück

▶ 100 g Hirse

▶ Wasser

Die Hirse nach Herstellerempfehlung kochen und abkühlen lassen.

Hefegemisch

▶ 600 g Wasser (lauwarm)

▶ 10 g Frischhefe

▶ 10 g Honig

Wasser, Hefe sowie Honig miteinander vermischen und kurz ruhen lassen.

Hauptteig

▶ Kochstück

▶ Hefegemisch

▶ 250 g Reismehl Vollkorn

▶ 150 g Hirsemehl

▶ 50 g Buchweizenmehl

▶ 30 g Flohsamenschalen (gemahlen)

▶ 20 g Leinsamen (gemahlen)

▶ 10 g Salz


KICHER- ERBSEN- BROT


Teig-Zutaten


- ▶ 150 g Kichererbsenmehl
- ▶ 150 g Reismehl
- ▶ 250 g Reismilch
- ▶ 60 g Wasser
- ▶ 15 g Apfelessig
- ▶ 30 g Sonnenblumenkerne
- ▶ 12 g Tapiokastärke
- ▶ 6 g Natron
- ▶ 1,5 g Salz



Rezept & Bild: Julia Stüber

 @essenmitgefuehl

 /essenmitgefuehl

 www.essen-mit-gefuehl.de

Dieses glutenfreie Brot ist schnell gemacht und schmeckt frisch besonders köstlich. Aber auch in Scheiben eingefroren und dann aufgetoastet ist es sehr lecker. Sonnenblumenkerne auf der Kruste sorgen für Biss und bringen Geschmack. Ein tolles Alltagsbrot, das einfach herzustellen ist.

Schwierigkeitsgrad: ★☆☆

Getreide: glutenfrei

Triebmittel: Natron

Teigkonsistenz: flüssig

Zeit gesamt: 1,5 Stunden

Zeit am Backtag: 1,5 Stunden

Backzeit: 50 Minuten

Starttemperatur: 180°C

Backtemperatur: 180°C

Schwaden: nein

☉ Den Ofen auf 180°C Umluft vorheizen und eine Kastenform (30 cm) einfetten.

☉ Kichererbsenmehl, Reismehl, Tapiokastärke, Natron und Salz in einer großen Schüssel verrühren. Reismilch, Wasser sowie Essig dazugeben und gründlich mit unterrühren.

☉ In die Kastenform geben, mit den Sonnenblumenkernen bestreuen und bei 180°C etwa 50 Minuten backen. Ob das Brot fertig ist, verrät die Stäbchenprobe. Steckt man ein Holzstäbchen in die Mitte des Brotes, dürfen Krümel hängen bleiben, das Stäbchen sollte aber nicht mehr feucht sein.

☉ Nach dem Backen sollte das Brot komplett abkühlen, bevor man es anschneidet. 🍴

KÄSEKASTEN

Teig-Zutaten

Käse-Fans aufgepasst: Dieses herzhaftes Brot gelingt ohne Vorkenntnisse mit nur wenigen Handgriffen. Mit dem Käsekasten bekommt man schnell Abwechslung auf den Tisch, die es geschmacklich in sich hat. Der Quark und die Eier machen das Brot nicht nur luftig zart, sie liefern zudem noch jede Menge natürliches Eiweiß.

☉ Die Eier mit dem Wasser und Quark kurz verquirlen und anschließend alle weiteren Zutaten zugeben. Mit dem Löffel zu einer glatten Masse vermengen. Der Teig ist jetzt noch recht flüssig, wird aber innerhalb von wenigen Minuten fester.

☉ Den Teig für 5-10 Minuten quellen lassen und anschließend in eine gefettete Kastenform geben.

☉ Den Backofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen und das Brot anschließend 70 Minuten backen. 🍴

- ▶ 100 g Reismehl
- ▶ 50 g Goldhirsemehl
- ▶ 30 g Tapiokastärke
- ▶ 20 g Teffmehl (hell)
- ▶ 200 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 150 g Cheddar (gewürfelt)
- ▶ 100 g Speisequark
- ▶ 30 g Flohsamenschalen (gemahlen)
- ▶ 15 g Backpulver
- ▶ 2 EL Mandeln (gemahlen)
- ▶ 2 Eier (Größe L)
- ▶ 6 g Flohsamenschalen
- ▶ 4 g Salz
- ▶ 1 g Johannisbrotkernmehl

Zum Bestreuen


- ▶ Kräuter (nach Geschmack, optional)

Tipp


Nach Geschmack kann man den Teig auch mit getrockneten Tomaten, Oliven oder Speck verfeinern.

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	glutenfrei
Triebmittel:	Backpulver
Teigkonsistenz:	weich
Zeit gesamt:	2 Stunden
Zeit am Backtag:	2 Stunden
Backzeit:	70 Minuten
Starttemperatur:	180°C
Backtemperatur:	180°C
Schwaden:	nein

Rezept & Bilder: Daniela Kanka

 @zottenglueck_

 /zottenglueck

 zottenglueck.blogspot.de



InfiniFix

Rezept: Sebastian Marquardt
Bild: Jan Schnare

Auch innerhalb von 3 Stunden lässt sich ein leckeres Brot auf den Tisch bringen, das mit vollem Aroma überzeugt. In diesem Fall hilft der Infinity-Vorteig sogar, mit nur 6 Gramm Hefe auszukommen. Und da der Vorteig bereits herrliche Fermentationsaromen mitbringt, schmeckt das Brot fast wie eines, das eine lange Gare genossen hat.

- Alle Zutaten 15 Minuten auf langsamer Stufe kneten.
- Den Teig 60 Minuten bei Raumtemperatur in einer abgedeckten Schüssel gehen lassen, nach 30 Minuten einmal dehnen und falten.
- Den Teig langwirken und mit dem Schluss nach oben für etwa 60 Minuten in den Gärkorb legen.
- Aus dem Korb stürzen, einschneiden und bei 250°C – nach 10 Minuten fallend auf 230°C – 45 Minuten im gut vorgeheizten Backofen bei Ober-/Unterhitze backen. Am Anfang kräftig schwaden, den Dampf nach 10 Minuten ablassen. ■

Teig-Zutaten

- ▶ 400 g Infinity-Vorteig (Rezept auf Seite 12)
- ▶ 250 g Weizenmehl 550
- ▶ 100 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 270 g Wasser (eiskalt)
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 6 g Frischhefe

Tipp

Den Infinity-Vorteig kann man durch 8 g mehr Hefe, 250 g Weizenmehl 1050 sowie 150 g Wasser ersetzen.

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	weich, bindig
Zeit gesamt:	3 Stunden
Zeit am Backtag:	3 Stunden
Backzeit:	45 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	230°C beim Einschießen
Schwaden:	beim Einschießen, nach 10 Minuten ablassen



Quellstück

- ▶ 100 g Wasser
- ▶ 50 g Altbrot (gemahlen und geröstet)
- ▶ 4 g Salz

Die Zutaten vermischen und abgedeckt 20 Stunden im Kühlschrank quellen lassen.

Hauptteig

- ▶ Quellstück
- ▶ 280 g Dinkelmehl 630
- ▶ 245 g Dinkelmehl 1050
- ▶ 175 g Dinkelmehl Vollkorn
- ▶ 420 g Tomatensaft
- ▶ 200 g Kartoffeln (mehligkochend, gekocht und gestampft)
- ▶ 100 g Lievito Madre (alternativ 3 g Frischhefe, 60-70 g Dinkelmehl Vollkorn und 30 g Tomatensaft)
- ▶ 70 g getrocknete Tomaten (in Öl eingelegt)
- ▶ 20 g Tomatenflocken (optional)
- ▶ 14 g Salz
- ▶ 4 g Pfeffer
- ▶ 1 Chili (getrocknet und gemahlen)

SCHARFE TOMATE IM DINKELKLEID

Fruchtiger Tomatengeschmack lässt bei diesem Brot die Vorfreude auf den Sommer steigen. Dieses Brot ist ein toller Begleiter zu einer herzhaften Brotzeit, kann aber auch pur mit einem frischen Salat genossen werden.

🔴 Die getrockneten Tomaten abtropfen lassen und kleinschneiden. Zusammen mit den anderen Hauptteig-Zutaten 5 Minuten auf langsamer Stufe mischen und weitere 3 Minuten auf schnellerer Stufe verkneten.

🔴 Den Teig in eine Schüssel geben und bei Raumtemperatur 1 Stunde abgedeckt anspringen lassen. Dann den Teig abgedeckt für 24-48 Stunden in den Kühlschrank stellen.

🔴 Am Backtag den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, in 2 Teile teilen und erst rund-, dann langformen. Die Teigstränge in sich verdrehen und auf ein Backblech legen. 1 Stunde abgedeckt bei Raumtemperatur zur Gare stellen.

🔴 In der Zwischenzeit den Ofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

🔴 Die Brote unter Schwaden einschießen. Nach 10 Minuten den Schwaden ablassen und die Temperatur auf 200°C reduzieren.

🔴 Die Brote für weitere 30-35 Minuten fertig backen. 🍴

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆☆

Getreide: Dinkel

Triebmittel: Lievito Madre

Teigkonsistenz: bindig

Zeit gesamt: 47-71 Stunden

Zeit am Backtag: 2 Stunden

Backzeit: 40-45 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 200°C
nach 10 Minuten

Schwaden: beim Einschießen,
nach 10 Minuten ablassen

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/y9xrqr8>  Video

Falten – siehe **Dehnen und Falten**

Fensterstest – 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.



Fingertest – Die Reife eines Weizenteiges lässt sich am besten mit dem Fingertest ermitteln. Dafür wird der Finger beherzt in den Teig gedrückt. Springt der Teig an der Druckstelle sofort wieder in seine Ursprungsform zurück, ist er noch nicht reif zum Backen. Er hat noch Untergare. Entwickelt sich die Druckstelle nur langsam und nicht vollständig zurück, ist die knappe Gare erreicht. Der Teigling ist bereit zum Backen, entwickelt aber noch ausreichend Ofentrieb. Bleibt die Druckstelle bestehen, hat der Teig seine volle Gare oder bereits Übergare erreicht. Dann muss schnell gebacken werden. Wahrscheinlich wird der Teigling im Ofen kaum noch aufgehen oder die Oberfläche leicht einsacken. Das ist aber lediglich ein optisches Problem, das weder genießbarkeit noch Geschmack einschränkt.

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%.

Infinity-Vorteig – Ein Vorteig, der Hefe über einen langen Zeitraum haltbar macht. Angesetzt wird er mit 0,1 g Frisch- oder einer Prise Trockenhefe, 150 g Wasser sowie 250 g Mehl. In BROT-Rezepten handelt es sich um Weizenmehl 1050, wobei der Teig aber mit jedem beliebigen Mehl geführt werden kann. Bei jedem Einsatz wird ein kleiner Teil des Teiges zurückbehalten und wieder mit Wasser und Mehl im selben Verhältnis (32,5%/67,5%) aufgefrischt. Beim ersten Mal lässt man ihn 1 Stunde lang anspringen, bevor er abgedeckt im Kühlschrank weiter reift, nach dem Auffrischen kann er jeweils direkt in den Kühlschrank. Einsatzbereit ist der Vorteig immer dann, wenn er sein Volumen etwa verdoppelt hat. Einen ausführlichen Bericht zum Infinity-Vorteig gibt es in BROT-Ausgabe 4/20.

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/ybnoxlquw>  **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 Einschleusen 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 Gebäckseigenschaften 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 Teigentwicklung 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 02.07.2020

Digital-
Ausgabe
erhältlich ab
19.06.2020

Darum geht es unter anderem:

● Flohsamen – wie sie beim Backen helfen



● Knusprig oder
weich – wie man
die Kruste richtig
hinbekommt

● Neue Forschungsergebnisse zur Verträglichkeit von Brot



● Kreativ kochen mit Brot

HERAUSGEBER

Tom Wellhausen

REDAKTION

Hans-Henny-Jahn-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

Bärbel Adelhelm, Nadja Alessi,
Ben Bembnista, Michelle Deschner,
Debora Gädtke, Gerda Göttling,
Daniela Kanka, Sebastian Krist,
Anika Mester, Nadine Metz,
Stevan Paul, Sylvia Richter,
Manfred Schellin, Tanja Schlund,
Doris Schmidutz-Dempewolf,
Michal Sip, Dieter Stegmeier,
Claudia Steiner, Julia Stüber,
Stefanie Isabella Wenzel

FOTOS

Andrea Thode, anna.q, ArTo, Bernd
Schmidt, Bill Ernest, Doris Heinrichs,
emuck, farfalla2017, gradt,
industrieblick, jd-photodesign,
Kateryna_Kon, katrinshine,
lichtbildmaster, megakunstfoto, Milan,
photocrew, Printemps, ricka_kinamoto,
Robert Kneschke, Ruckszio,
Saimanfoto, Sallenbuscher, unpict
Zerbor, zhengzaishanchu

VERLAG

Wellhausen & Marquardt
Mediengesellschaft bR
Hans-Henny-Jahn-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)
Julia Großmann, 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-Abonnement 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 Bahnhofsbuchhandel.
Direktbezug über den Verlag.

GROSSO-VERTRIEB

VU Verlagsunion KG
Meißberg 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 im Handel



€ 8,50

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



Deutsche Innungsbäcker


PROFITIEREN SIE VOM PROFI

IHR INNUNGSBÄCKER – IMMER IN IHRER NÄHE



Geballte Kompetenz in Sachen Brot

Handwerk verbunden mit Know-How, Tradition und Trends.
Den Innungsbäcker in Ihrer Nähe finden Sie einfach gut: baeckerfinder.de

innungsbaecker.de ·  [innungsbaecker](https://innungsbaecker.de)