

Brot

Brot

Gesund und bekömmlich backen

FERMENTATION VERSTÄNDLICH

Alles über die Teiggare

DAS PAN ED LANGA

Brot als Kulturerbe

GLUTENFREIES BACKEN

Wie man Rezepte umstellt

IM HEFT

Mehr als
30 Rezepte
für gelingsichere
Brote und Aufstriche



Volles Korn voraus

Mit Vollkorn
köstlich backen



6,90 EUR

A: 7,60 Euro, CH: 13,50 sFR, BeNeLux: 8,10 Euro

Jetzt bestellen!

www.brot-magazin.de

Backen
INTERNATIONAL

Backen

INTERNATIONAL

FÜR EINSTEIGER + PROFIS
Mehr als 30 Rezepte
aus 27 Ländern
mit ausführlich bebilderten
Schritt-für-Schritt-Anleitungen

INGETAUCHT
Rum Baba aus Italien

HERZERWÄRMEND
Wandelbare Pluschki
aus Russland

TÜRKEI ZUM MITNEHMEN
In wenigen Schritten
zu perfekten Açma

*Grande mission
So gelingen Croissants*



8,50 EUR
A: 9,40 Euro, CH: 12,90 sFR, BeNeLux: 9,80 Euro

Brot
Sonderheft

Ob Japan, Georgien oder Frankreich – gebacken wird auf der ganzen Welt. Dabei unterscheiden sich die einzelnen Gebäcke nicht nur in Zutaten und Zubereitung. Sie werden oft auch zu ganz speziellen Anlässen hergestellt. **BACKEN International – In 30 Rezepten um die Welt** lädt ein zu einer kulinarischen Backreise rund um den Globus. Gelingsichere Rezepte und umfangreiche Step-by-Step-Anleitungen in Wort und Bild machen das neue Sonderheft aus der **BROT**Redaktion für Back-Neulinge zu einer Fundgrube der Köstlichkeiten. Das Magazin bietet aber auch routinierten Bäckerinnen und Bäckern Inspiration, Hintergrundwissen und jede Menge authentische Geschmackserlebnisse.

www.brot-magazin.de/einkaufen

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



EDITORIAL

Liebe Leserin, lieber Leser.

05/2021

In der Brotbäckerei bringt der Sommer Licht und Schatten mit sich. Viele von uns freuen sich über Sonnenschein und Wärme. Aber gerade die Temperaturen sorgen für Wirbel in der Küche. Meine zum Beispiel ist aktuell muckelig warm. Bis zu 24°C sehe ich auf dem Thermometer, das im Winter selten über 18°C hinauskommt.

Also muss ich ein Auge auf meine Teige haben. Nicht nur weil sich die Gare im wärmeren Raum deutlich beschleunigt. Wo mein Vorteig vor ein paar Wochen 16 Stunden zum Reifen brauchte, genügen nun 8. Doch die Umstellung beginnt schon beim Kneten. In der Wärme bindet Mehl oft etwas weniger Wasser. Teige werden weicher. Ich halte gegen, indem ich mit weniger und eiskalter Flüssigkeit arbeite.

Genau das ist es, was mir am heimischen Backen so gefällt. Natürlich liebe ich es, wenn ich an stressigen Arbeitstagen blind einem erprobten Rezept folgen kann und alles funktioniert wie in einem Uhrwerk. Da nervt es dann im ersten Moment, wenn der Teig sich anders verhält als gewohnt. Aber andererseits ist es eben eine Erinnerung daran, dass wir es mit der Natur und mit lebenden Organismen zu tun haben, die uns leckeres Brot bescheren.

Dieses kleine Ausbremsen schärft das Bewusstsein und lässt mich wieder intensiver mit dem Teig arbeiten. Ich schaue ihm beim Kneten zu, fasse ihn öfter an, spüre, wie er sich entwickelt und besinne mich darauf, seinem Rhythmus zu folgen. Eine schöne Entschleunigung. Gerade in stressigen Zeiten.

Und die erleben die meisten von uns seit letztem Jahr ganz sicher auf ungewohnte Weise. Die Pandemie hat auch bei uns im Verlag viel verändert. Wir haben uns an ein neues, mobiles Arbeiten gewöhnt. Dem tragen wir nun Rechnung, indem wir umziehen. In neue Räume, die diesem neuen Arbeiten gerecht werden. Kein Platz mehr, an dem wir an fünf Tagen pro Woche zusammenarbeiten. Der neue Verlag wird deutlich kleiner und eher ein Ort der Begegnung mit ein paar Arbeitsplätzen sein.

Kein klassisches Büro, sondern ein Refugium, in dem alle ihrer bevorzugten Art des Arbeitens oder Rückzugs nachgehen können. Wer künftig lieber zuhause oder unterwegs arbeiten möchte, kann auch das tun. Gleichzeitig schaffen wir eine Möglichkeit für Treffen und Back-Events mit unseren Leserinnen und Lesern.

Das ist eine der guten Entwicklungen, die uns die Umstände gebracht haben. Zu den weniger guten gehören explodierende Preise für Rohstoffe und Dienstleistungen weltweit. Das geht auch an uns nicht spurlos vorbei. Und so sind wir erstmals seit Bestehen des Magazins gezwungen, seinen Verkaufspreis anzuheben. Einher geht das aber mit einem Versprechen: Wir arbeiten mit viel Herzblut und Akribie daran, dass der zusätzliche Euro nicht weh tut. Vielmehr soll er sich lohnen – für ein Magazin voller Inspiration sowie wertvollem Wissen rund ums Brot und seine Herstellung. Bei der Lektüre wünsche ich Dir viel Spaß, gute Unterhaltung und neue Erkenntnisse.

Herzliche Grüße

Sebastian Marquardt, Chefredakteur

 @brotmagazin

 /BrotMagazin

 brot-magazin.de

Unsere Facebook-Gruppe:

 facebook.com/groups/brotforum

LeserBROTE an:

 redaktion@brot-magazin.de

Inhalt

05/2021

Selbst ist das Brot

- Grundkurs Brotbacken – Teil 6 Seite 58
Was während der Gare im Teig passiert

Rohstoffe

- Brote aus Vollkornmehl Seite 10
So gelingen sie am besten

Menschen & Brot

- Das Pan ed Langa Seite 20
Unesco-Brot aus Italien

Glutenfreies Backen

- Glutenhaltige Rezepte adaptieren Seite 80
Worauf es bei der Umstellung ankommt

Verschiedenes

- Neuheiten Seite 6
Meldungen rund ums Backen und Genießen



15 Voll Kürbis



16 Bieriger Vesperzwiebling



17 Matjes-Salat



18 Schweizer Brötchenkranz



26 Rosinen-Quark-Brötchen



28 Pistazien-Kranz



30 Frische Sina



31 Rucola-Grillbrot



32 Panini Mantovani



33 Kirschen-Gewürz-Konfitüre



34 Einkorn, Zweikorn, Dreikorn



36 Frühsommer '21



38 Baguette spontanéité



40 Wilma



42 Pagnotta Paolo



48 Dinkeltoast



49 Vorschussbrot



50 Malzbierkruste



51 Rustikale Joghurt-Weckle



52 Kurkuma-Power



64 Beerenzopf



72 Saatenstück



74 Paprikaschoten „Demis“



76 Spinatknödel mit Parmesan und Salbeibutter



78 Schwarzwälder aus dem Glas

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. Auch Backtemperaturen und -zeiten können variieren. Denn welche Temperatur ein Ofen anzeigt und welche tatsächlich im Garraum erreicht wird – das sind manchmal zweierlei Dinge. Wer sichergehen möchte, misst die Ofentemperatur mit einem entsprechenden Thermometer. Brot ist durchgebacken, wenn die Kerntemperatur um 97°C beträgt. Bei Kleingebäck backt man am besten immer auf Sicht und beendet den Backprozess, wenn die gewünschte Bräunung erreicht ist.

Wasser

Vorsicht bei der Wasserzugabe. Jedes Mehl – auch Mehle mit derselben Type von verschiedenen Herstellern – 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 schnell arbeitet. 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 95 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.

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

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

LeserBROT Was Leserinnen und Leser backen	Seite 44
Mühlenfinder Ausgewählte Adressen für gutes Mehl	Seite 47
Inspiration Alles rund ums Brot: Bücher, Blogs, Instagram & Co.	Seite 54
BROTladen Interessante Produkte fürs heimische Backen	Seite 66
Die BROTKarte des guten Geschmacks Empfehlungen für Mühlen und Bäckereien	Seite 91
Glossar	Seite 95
Vorschau/Impressum	Seite 98



Grissini



Dunkles Sonnenblumenbrot



Laugenstern



Sesamkasten



Schnelles Kaffeebrot



Wildblumenbrot

-  Titelthemen
-  Speed-Baking
-  Glutenfrei



Titelbild:
Dar1930 – stock.adobe.com

Neu bei Alnatura ist der **Rübenzucker** in Bio-Demeter-Qualität. Der feine, helle Zucker eignet sich laut Hersteller besonders gut für Gebäck, Desserts und zum Süßen von Heißgetränken sowie Limonaden. Für die Herstellung wurden Zuckerrüben aus deutschem Anbau verwendet. In der 50-Gramm-Packung kostet der Rübenzucker 1,99 Euro.

 alnatura.de

Neuheiten



Für das Gären weniger Teiglinge auf geringem Raum hat Häussler eine kleine **Gärbox** zum Preis von 14,90 Euro auf den Markt gebracht. Das Produkt ist laut Hersteller aus hochwertigem, lebensmittelechtem Kunststoff gefertigt und mit heißem Wasser leicht zu reinigen. Dank der Maße 39 x 29 x 6 Zentimeter soll es problemlos in haushaltsübliche Kühlschränke passen.

Häussler empfiehlt die Nutzung beispielsweise für Teiglinge von Pizzen, Flammkuchen und Brötchen. Die Teiglinge können mit einer Gärfolie abgedeckt und auch mehrere Boxen übereinander gestapelt werden.

 backdorf.de

Nach dem Backen folgt das Schneiden in handliche Portionen. Zu diesem Zweck bietet Rösle ein **Pizzarad** aus Edelstahl mit beidseitiger Klinge in den Maßen 14 x 14 x 2,8 Zentimeter an. Das Produkt liegt laut Hersteller ergonomisch in der Hand und gleitet mühelos durch knusprig gebackene Pizzen. Um es zu reinigen, lässt sich das Rad zerlegen. Der geschliffene Küchenhelfer eignet sich nicht für die Spülmaschine und kostet 34,95 Euro.

 roesle.de





In einigen Regionen gehört **Brotgewürz** zum guten Ton, zum Beispiel in Bayern. Hier werden verschiedene Kräuter wie Koriander, Kümmel und Fenchel häufig in den Teig gegeben und verleihen dem Brot eine besondere Note. Bei Hobbybäcker gibt es das „Brotgewürz bayerische Art“ aus gemahlene[n]n Kräutern in der wiederverschließbaren 200-Gramm-Dose für 4,98 Euro. Laut Hersteller genügt bereits eine Menge von 5 bis 15 Gramm auf 1 Kilogramm Mehlmenge, um ein Brot ausreichend zu würzen. Das Produkt sollte kühl und trocken gelagert sowie vor Sonnenlicht geschützt werden.

 hobbybaecker.de

Die Berghofer Mühle aus dem österreichischen Fehring hat neuerdings **Backmischungen** im Angebot. Die Produkte wurden laut Hersteller alle selbst kreiert und sind frei von Konservierungsstoffen sowie künstlichen Aromen. Neu ist beispielsweise die Backmischung „Leichtigkeit“ für Ciabatta-Brot in der 660-Gramm-Packung für 3,- Euro mit Weizenmehl, Hartweizengrieß, Dinkelvollkornmehl, Wasser und Salz. Ebenfalls in der 660-Gramm-Packung ist die Mehrkornbrot-Mischung „Vertrauen ins Leben“ erhältlich. Sie kostet 3,50 Euro und beinhaltet Weizen-, Roggen-, Dinkelvollkorn-, Buchweizen-, Mais- und Hirsemehl sowie getrockneten Roggensauerteig und weitere Zutaten.

 berghofer-muehle.at



Vor zehn Jahren brachte die Schapfenmühle erstmals eigene **Porridge**-Sorten auf den Markt, dazu zählen verschiedene Varianten mit Hafer. Mit vier neuen Dinkel-Porridge-Sorten erweitert das Ulmer Unternehmen nun sein Angebot. Die Getreideprodukte sind in der Packung mit je vier Portionsbeutel[n]en à 65 Gramm erhältlich, dazu zählen „Dinkel Porridge Natur“ (1,99 Euro), „Dinkel Porridge Aronia Sauerkersch“ (2,99 Euro), „Dinkel Porridge Cranberry Kokos“ (2,19 Euro) und „Dinkel Porridge Orange Ingwer“ (1,99 Euro).

 webshop-schapfenmuehle.de



Neue **Sommer-Tee-Kollektionen** von English Tea Shop sind seit kurzem bei Mohnblume erhältlich: die Sorten „Kräuter“ und „Früchte“. Die Zutaten für die Tees wurden nach Angaben des Herstellers direkt und fair gehandelt und entsprechen zu 100 Prozent Bio-Standards. Dabei treffen beispielsweise Zitronengras, Orange und pikanter Ingwer auf echten Ceylon-Zimt oder Früchte wie Hibiskus, Hagebutte und aromatische Beeren auf heimischen Sanddorn, auch die „Zitrone des Nordens“ genannt. Je 20 Teebeutel in einer Packung gibt es zum Preis von 3,99 Euro.



Je 20 Teebeutel in einer Packung gibt es zum Preis von 3,99 Euro.

mohnblume.de



Das **Bio-Kokosöl** von Dayo sorgt nicht nur für tropisches Flair in Küche und Backstube, sondern ist eine hitzebeständige Alternative zu anderen Ölen. Es eignet sich laut Hersteller gleichermaßen gut zum Kochen, Backen sowie Snacks und hat einen hohen Anteil an Nährstoffen, Mineralien und Vitaminen. Das Hamburger Unternehmen legt nach eigenen Angaben Wert auf zu hundert Prozent natürliche und vegane Produkte. Das Bio-Kokosöl im 270-Milliliter-Glas kostet 5,90 Euro.

dayo-coco.de

Sowohl Kleinblatt- als auch Großblatt-Demeter-**Haferflocken** von Bauckhof sind nicht mehr nur im 500-Gramm-Pack erhältlich. Neuerdings gibt es sie auch in der Verpackungsgröße von 1 Kilogramm für 3,49 Euro. Die feinere Zartblatt-Variante bietet die Mühle künftig in der 900-Gramm-Packung an. Sie war bislang nur zu 425 Gramm im Handel. Die Verpackungsgrößen werden auch bei weiteren Artikeln nach und nach umgestellt, so der Hersteller. Als Grund für die neuen Verpackungsgrößen nannte Bauckhof die dauerhaft gestiegene Nachfrage nach den Produkten. Mit der Neuerung geht auch ein geringer Preisvorteil einher: Pro 100 Gramm Haferflocken lassen sich laut Hersteller in der größeren Variante durchschnittlich 0,5 Cent sparen.

bauckhof.de



roesle.de



Unverzichtbar in der Hobby-Backstube sind **Schüsseln** aus Edelstahl für den Sauerteig. Ein zweiteiliges Set mit Deckel gibt es bei Rösle zum Preis von 89,95 Euro. Die Produkte sind laut Hersteller aus 1 Millimeter starkem Edelstahl gefertigt, mattiert und haben einen hochglanzpolierten Rand. Mit einem Durchmesser von 20 beziehungsweise 24 Zentimetern haben die Schüsseln ein Fassungsvermögen von 3,1 und 5,4 Litern. Mit Hilfe der dazu passenden Frischhaltedeckel aus gehärtetem Glas mit Silikonrand können sie luftdicht verschlossen werden. Das Material sei geschmackneutral und verfärbt sich nicht, so der Hersteller.

Unbehandeltes Leinen eignet sich gut zur Aufbewahrung von Brot sowie weiteren Lebensmitteln wie Obst und Gemüse. Organzabeutel präsentiert in einer Herbstkollektion verschiedene **Einkaufsbeutel** aus Leinen, unter anderem ein Leinensäckchen für Kartoffeln in den Maßen 45 x 35 Zentimeter. Laut Hersteller eignet sich der Beutel für bis zu 3 Kilogramm Kartoffeln. Mit Hilfe eines Zugbandes kann das Säckchen verschlossen und auch platzsparend aufgehängt werden.

 organzabeutel24.de



Kunst aus Brot hat sich die japanische Künstlerin Yukiko Morita verschrieben. In ihrem Projekt Real Bread Lamp verwertet sie echtes Brot und kreiert daraus einzigartige **Lampen**, die jetzt auch auf dem deutschen Markt erhältlich sind. Im BROTShop gibt es ab sofort die Modelle Baguette, Toast und Croissant. Ihrem Zuhause können Brotfans mit den außergewöhnlichen Kreationen einen künstlerisch-handwerklichen Touch verleihen. Die Lampen geben ein helles, warmes, aber kein grelles Licht. Die Modelle Toast und Croissant sind batteriebetrieben und daher vielseitig einsetzbar. Das Toast hat die Maße 170 x 170 x 80 Zentimeter, wiegt 220 Gramm und kostet 99,00 Euro. Mit 130 x 80 x 80 Zentimetern und einem Gewicht von 130 Gramm ist das Croissant noch leichter. Es ist zum Preis von 89,00 Euro zu bekommen. Für 239,00 Euro ist das Baguette erhältlich. Es wiegt 570 Gramm, misst 600 x 70 x 90 Zentimeter und wird kabelgebunden mit Strom versorgt. Dank eines Montagehakens kann es nicht nur liegend, sondern auch hängend verwendet werden.

 brot-magazin.de/einkaufen

Als Ergänzung herkömmlicher Mehle hat Häussler zwei neue Produkte im Sortiment: „Rote Linsen gemahlen“ und „Kichererbsen gemahlen“. Beide Sorten seien glutenfrei, vegan und enthielten keinerlei Zusatzstoffe, so das Unternehmen. Linsen und Kichererbsen werden gerne in der veganen und auch glutenfreien Küche verwendet, sie sind reich an Proteinen und Ballaststoffen. Die **Mahlerzeugnisse** eignen sich laut Hersteller zum Backen und Kochen, beispielsweise auch zum Andicken von Soßen. Das Rote-Linsen-Mehl ist im Ein-Kilogramm-Beutel für 6,50 Euro erhältlich, das Kichererbsenmehl kostet bei gleicher Menge 8,50 Euro.

 backdorf.de



Brote aus **Vollkornmehl**

Gesunde Sattmacher

Text: Edda Klepp

Die einen schwören drauf und essen fast nichts anderes, die anderen machen lieber einen großen Bogen darum. Allerdings liefern Backwaren aus Vollkornmehl wertvolle Inhaltsstoffe, eine große aromatische Vielfalt und lang anhaltende Sättigung. Um aus dem vollen Korn saftige Brote mit einer schönen Porung zu kreieren, sind besondere Kniffe nötig.

Sie sind fad, sie sind kompakt und sie sind schwer zu beißen – noch immer haftet dieses negative Image Vollkornbroten in den Köpfen vieler Menschen an. Der Realität in den Backstuben wird dieses Bild nicht gerecht. Schmackhafte und fantasievolle Kreationen beweisen das Gegenteil. Vollkorn ist gesund, nahrhaft und vor allem vielseitiger als viele denken. Wer das Mehl zu händeln weiß, kann sehr viel Freude an den Backergebnissen haben.

Heimliche Stars im Sortiment

Regelrecht für Vollkorn begeistern kann sich Tim Lessau, Brotsommelier und Geschäftsführer der Braaker Mühle. Das Unternehmen in Braak bei Hamburg vereint Backstube und Mühlenbetrieb unter einem Dach. Das Mehl für ihre





Der Bäckermeister Tim Lessau begeistert sich für Vollkornbrot

Brote produziert die Bäckerei selbst. Der Anteil an Vollkorn-Produkten im Sortiment wächst kontinuierlich.

Seit kurzem gibt es dort auch ein Vollkorn-Brötchen, das diesen Namen verdient: „Unsere ‚Volle Möhre‘ ist ein richtiges Schwarzbrot-Brötchen mit Saaten“, erklärt Lessau. Serviert wird es zum Beispiel als Snack mit Joghurt-Rahm-Aufstrich und Radieschen. „Ich glaube, dass so ein Produkt sexy sein kann, wenn man es neu interpretiert“, ist sich Lessau sicher.

Ogleich die Begriffe Vollkorn und Körnerbrot im Alltag manchmal durcheinandergehen, haben Körner und Saaten mit der Definition von Vollkorn nichts zu tun. Sie bezieht sich ausschließlich auf das verwendete Mehl im Backwerk. Im Gegensatz zu Auszugsmehl wird bei Vollkorn das gesamte Getreidekorn vermahlen. Daher trägt es auch keine Typen-Bezeichnung, die Auskunft über den jeweiligen Mineralstoffgehalt von Auszugsmehl gibt.

Neben dem stärkehaltigen Mehlkörper kommt die nährstoffreiche Schale nahezu komplett ins Vollkornmehl; es hat einen Ausmahlungsgrad von 100 Prozent. „Getreidevollkornzeugnisse wie Vollkornmehl und Vollkornschrot enthalten die gesamten Bestandteile der gereinigten Körner einschließlich des Keimlings. Die Körner können jedoch von der äußeren Fruchtschale befreit

sein“, heißt es in den Leitsätzen für Brot und Kleingebäck, an denen sich die Backbranche als rechtlich bindendes Regelwert zur Brotproduktion in Deutschland orientiert.

Weil die Körner vor dem Mahlen gereinigt werden, kann ein etwa 0,5-prozentiger Anteil der äußeren Schale verloren gehen. Dies dient der Verringerung möglicher Verunreinigungen durch Pilzsporen oder Schadstoffe. Da der Keimling des Getreidekorns Fett enthält, wirkt sich das auf die Haltbarkeit des Mehls aus. Das Fett kann nach zirka sechs Monaten ranzig werden und somit das Mehl ungenießbar machen. Aus diesem Grund wird der Keimling nicht selten doch entfernt oder später behandelt ins Mehl gegeben.

Definition von Vollkornbrot

Den Leitsätzen zufolge dürfen Brote und andere Backwaren dann als Vollkornprodukte ausgewiesen werden, wenn „mindestens 90 Prozent des Getreides als Vollkorn enthalten“ sind. Liegt der Vollkorn-Anteil an der Gesamt-Mehlmenge im Brot darunter, handelt es sich dann beispielsweise zwar um ein Roggenbrot mit hohem Vollkorn-Anteil, aber eben per Definitionem um kein Vollkorn-Roggenbrot mehr. Brote mit je 30 Prozent Weizen-, Dinkel und Roggenvollkornmehl hingegen dürfen mit dem Begriff Vollkorn ausgezeichnet werden. In Summe erfüllen sie die 90-Prozent-Vorgabe.

Die „Volle Möhre“ ist ein Schwarzbrot-Brötchen mit Saaten aus der Braaker Mühlen-Bäckerei



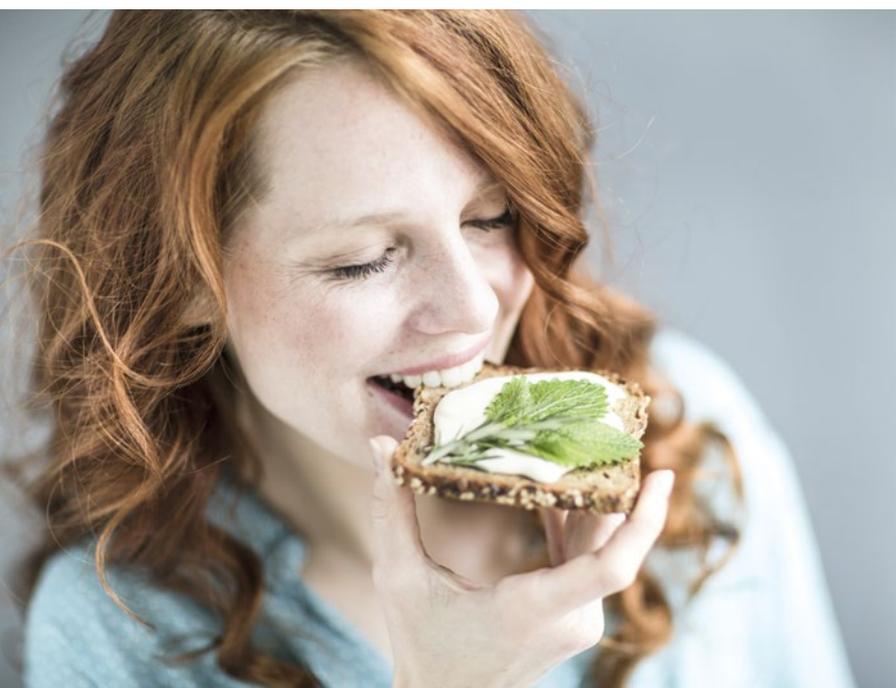


**Backwaren aus
fein gemahlenem
Vollkornmehl
wirken heller**

Grundsätzlich lässt sich aus allen Getreidesorten Vollkorn herstellen, jeweils als Schrot Mehl oder Flocken. Bei der Verarbeitung verhält sich der Rohstoff – wie bei Auszugsmehl auch – unterschiedlich. So enthält Roggen zwar auch Gluten wie Getreide der Weizenfamilie, allerdings in einer anderen Zusammensetzung. Aufgrund der Schmierstoffe im Roggen bildet sich kein so stabiles Glutengerüst im Teig. Daher wird Broten mit Roggenmehl oft ein Klebereiweiß-stärkeres Weizen- oder Dinkelmehl beigemischt, um das Backwerk zu stabilisieren.

Tatsächlich geraten Vollkornbrote in der Regel wesentlich kompakter als ihre Brüder und Schwestern aus Auszugsmehl – eben

**Die vielen gesunden
Bestandteile machen
Vollkornbrot zu einer
nahrhaften Mahlzeit**



weil der gesunde Schalenanteil größer ist, der kein Gluten und keine Stärke enthält. Die sind Bestandteile des sogenannten Mehlkörpers im Korn. Zudem stören die Schalenanteile den Aufbau des Glutengerüsts.

Die Porung von Brot entsteht, weil im Glutengerüst des Teigs Gärgase gehalten werden. Im Verhältnis weniger Gluten- und Stärkeanteil bedeutet in Summe eine weniger fluffige Krume. Zudem ist Vollkornmehl imstande, im Vergleich eine wesentlich größere Wassermenge zu binden als Auszugsmehle – zumindest sofern die folgenden Kniffe beachtet werden –, was sich ebenfalls auf die Beschaffenheit der Krume auswirkt

Zeit für Verquellung

Den Wassergehalt eines Vollkornbrotes zu erhöhen ist eine notwendige Maßnahme, da Vollkornbackwaren zum Trockenbacken neigen. Der Vorgang der Wasseraufnahme allerdings benötigt vor allem eines: Zeit. Bis das Mehl verquollen ist, dauert es länger als bei Auszugsmehlen. Dabei gilt: Je gröber man die Körner vermahlt, desto mehr Zeit nimmt der Prozess in Anspruch. Seit Jahren arbeitet die Braaker Mühlen-Bäckerei daher mit Vorverquellung, ganz gleich ob bei Hafer, Dinkel, Roggen oder Weizen. Das bedeutet, das Mehl mit der Schüttflüssigkeit vor dem Ansetzen des Hauptteigs zu vermischen und zirka 30 bis 60 Minuten zur Autolyse zu stellen.

„Wir geben außerdem Vorteige und Quellstücke in den Teig, lassen das Wasser und Getreide arbeiten. Dadurch entsteht Geschmack“,





Vollkornbrote und -brötchen sind kompakter als Backwaren aus Auszugsmehl



Als Vollkornbrot ausgezeichnet werden dürfen Brote dann, wenn sie mindestens einen Vollkornanteil von 90 Prozent enthalten

erklärt Brotsommelier Lessau. Bei Dinkel kann es sich dabei zum Beispiel um ein Quellstück aus Flohsamenschalen handeln. Bei Roggen empfiehlt sich beispielsweise wegen der im Getreide enthaltenen Schleimstoffe (Pentosane) eines aus Saaten. Das bringt zusätzlich Feuchtigkeit und damit Frischhaltung ins Brot.

Flüssigkeitsanteil im Teig. Doch sie haben noch eine weitere positive Wirkung: Die Zutaten nehmen Einfluss auf die Krumenstruktur und machen sie luftiger. Getrocknetes Altbrot, das beispielsweise erst geröstet und dann fein gemahlen wird, eignet sich ebenfalls, um den Flüssigkeitsanteil zu pimpen.

Getreidekörner werden in der Braaker Mühle traditionell auf den Steinen einer historischen Windmühle gemahlen. „Das Mehl, das wir verarbeiten, hat eine ausgesprochen grobe Körnung“, sagt Lessau. Mit handelsüblichen Vollkornmehlen ist das Mahl-Ergebnis kaum zu vergleichen. Backergebnisse mit feinem Mehl hingegen sorgen beim Backen für eine größere Porung. Die Brote wirken zudem oft heller, insbesondere bei Weizen- und Dinkelbroten.

Vorteile für die Gesundheit

Die Zugabe von Milchprodukten wie Buttermilch, Quark, Milch oder Joghurt erhöht ebenfalls den



Für Vollkornmehl wird das gesamte Getreidekorn vermahlen

Anzeige



Brotzutaten

einfach gutes Brot backen

NEU IM SORTIMENT

verschiedene Produkte der

Meraner Mühle



www.brotzutaten.de



Je gröber das Korn verarbeitet wird, desto länger braucht es, um Flüssigkeit aufzunehmen

Die Vorzüge seiner Vollkorn-Backwaren kennt Bäckermeister Lessau im Schlaf: „Die Brote beinhalten viele Ballaststoffe und sind reich an Mineralstoffen sowie Vitaminen“, sagt er. Die Nährstoffe sitzen vor allem in der Schale des Getreidekorns. Ein weiterer Pluspunkt: Vollkorn braucht generell mehr Kau-Energie beim Essen. Wer sich Zeit lässt, isst meist weniger und auch mit mehr Genuss. Die Sättigung hält länger vor als beispielsweise bei einem lockeren Weißbrot.

Aufgrund des stärkeren Eigen-Aromas der Backware lässt sich außerdem der Salzgehalt bei Vollkorn-Produkten eher verringern, ohne dass der Geschmack darunter leidet. „Für eine ausgewogene Ernährung ist Vollkorn sehr wertvoll“, resümiert Lessau.

Die Sache mit der Versäuerung

Sehr gerne arbeitet der Brotsommelier mit Vollkorn-Roggensauerteig und langen Gehzeiten. Zum einen, um durch den Fermentationsprozess schwer verdauliche Stoffe im Mehl abzubauen. Zum

anderen, um den oft gräsern-moosigen Geschmack von Roggenvollkornmehl zu verändern. Doch auch wenn das Gegenteil mancherorts noch immer gelehrt wird: Backtechnologisch ist Sauerteig heutzutage nicht mehr zwingend notwendig, um Roggenmehl zu verarbeiten.

Die extrem starke Enzymtätigkeit früherer Roggen-Generationen wurde modernen Züchtungen mittlerweile abgewöhnt, sodass auch Hefe als Triebmittel eingesetzt werden kann. Für den guten Geschmack und auch als weitere Maßnahme gegen Trockenbacken empfiehlt sich Sauerteig bei einem hohen Roggenanteil aber in jedem Fall.

Langsam einsteigen

Wer den Umgang mit Vollkornmehlen nicht gewohnt ist, sondern meist mit Auszugsmehlen backt, wird sich zunächst an die etwas andere Handhabung des Teiges gewöhnen müssen. Es empfiehlt sich, zum Einstieg eine Kastenform bereitzuhalten. Das wird für den Anfang den Umgang erleichtern.

Wer mehr Erfahrungen gesammelt hat, kann getrost auch freigeschobene Vollkornbrote backen. Hat man den Dreh erstmal raus, wird man die geschmackvolle Vielfalt von Vollkorn schnell zu schätzen lernen. 🌱

Die Verwendung von Vorteigen und Quellstücken wird empfohlen, um mehr Feuchtigkeit und Geschmack ins Brot zu bringen



NO KNEAD-REZEPT

kein Kneten erforderlich



Sauerteig

- ▶ 300 g Wasser (warm)
- ▶ 300 g Roggenschrot fein (alternativ Roggenmehl Vollkorn)
- ▶ 30 g Anstellgut

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

Brühstück

- ▶ 500 g Wasser
- ▶ 200 g Kürbiskerne

Die Kürbiskerne in einer Pfanne trocken nach eigener Vorliebe anrösten, mit dem Wasser übergießen und 2-18 Stunden abkühlen sowie quellen lassen.

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Brühstück
- ▶ 290 g Wasser (warm)
- ▶ 400 g Dinkelschrot fein (alternativ Dinkelmehl Vollkorn)
- ▶ 16 g Salz

Voll-Kürnbis

Rezept & Bild:
Sebastian Marquardt

Dinkel und Roggen ergänzen sich geschmacklich hervorragend. Wenn dann auch noch geröstete Kürbiskerne dazu kommen, freut sich der Gaumen. So macht Vollkorn richtig Spaß. Denn statt staubig-trockener Krume beißt man hier in eine knackig-saftige Scheibe gesunden Genusses.

☉ Alle Zutaten von Hand homogen vermischen, 60 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur nachquellen lassen und anschließend in eine gefettete Kastenform (zirka 30 cm) geben.

☉ Den Teig glattstreichen, mit Wasser besprühen oder abstreichen und abgedeckt in der Form etwa 3-5 Stunden zur Gare stellen.

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

☉ Die Teigoberfläche mit Wasser abstreichen, das Brot in den Ofen geben. Die Temperatur sofort auf 180°C senken und 60 Minuten backen. 🍴

Für Einsteiger
geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Dinkel, Roggen
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	breiig
Zeit gesamt:	17-23 Stunden
Zeit am Backtag:	5-7 Stunden
Backzeit:	60 Minuten
Starttemperatur:	200°C
Backtemperatur:	180°C sofort
Schwaden:	nein



Zeitraster

22.00 Uhr
Sauerteig und
Brühstück ansetzen

Nächster Tag
16.00 Uhr
Hauptteig ansetzen

17.00 Uhr
Teig in die Form geben

20.30 Uhr
Ofen vorheizen

21.00 Uhr
Backen

22.00 Uhr
Brot fertig

Bierigen Vesperzwiebling

Vorteig

- ▶ 130 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 130 g Dinkelschrot (alternativ Weizenschrot)
- ▶ 35 g Anstellgut
- ▶ 5 g Zuckerrübensirup

Alle Zutaten gründlich miteinander vermischen und abgedeckt bei Raumtemperatur 8-10 Stunden gehen lassen.

Hauptteig

- ▶ Vorteig
 - ▶ 330 g Bier (kalt, alternativ Malzbier)
 - ▶ 500 g Weizenmehl 1050
 - ▶ 12 g Salz
 - ▶ 10 g Zuckerrübensirup (alternativ Honig)
 - ▶ 10 g Rapsöl (alternativ Walnuss- oder Sonnenblumenöl)
 - ▶ 10 g Backmalz (inaktiv, optional)
 - ▶ 2 g Frischhefe
 - ▶ 1 g Bockshornklee (optional)
- Spätere Zugabe
- ▶ 50 g Röstzwiebeln (getrocknet)

Zu einem würzigen und reichhaltigen Abendessen passt dieses Brot. Bier und Zwiebeln sorgen für rustikale Aromen, mit denen ein herzhafter Schnittkäse oder eine pikante Wurstspezialität bestens harmonieren. Je nach Vorliebe kann der Geschmack mit etwas Brotgewürz abgerundet werden.

☉ Alle Zutaten – außer die Röstzwiebeln – 10 Minuten auf langsamer Stufe, danach 4 Minuten auf schnellerer Stufe verkneten. Abgedeckt bei Raumtemperatur 60 Minuten ruhen lassen, danach für 6-8 Stunden abgedeckt zur Stockgare in den Kühlschrank stellen.

☉ Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und 60 Minuten akklimatisieren.

☉ Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsplatte geben. Die Röstzwiebeln auf dem Teig verteilen und vorsichtig einarbeiten.

☉ Anschließend den Teig zu einem Laib formen und mit Schluss nach oben in ein bemehltes Gärkorbchen geben. 60 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.

☉ Rechtzeitig den Backofen auf 240°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

☉ Den Teigling aus dem Gärkorbchen stürzen, nach Belieben einschneiden und unter kräftigem Schwaden in den Ofen geben. 10 Minuten backen. Die Temperatur auf 200°C reduzieren und weitere 40 Minuten backen. 🍴

Tipp

Die Menge der Röstzwiebeln kann je nach Geschmack zwischen 20 und 50 g variieren.

Rezept & Bild:
Bärbel Adelhelm



Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen, Dinkel
Triebmittel:	Sauerteig, Hefe
Teigkonsistenz:	bindig, leicht klebrig
Zeit gesamt:	18-20 Stunden
Zeit am Backtag:	10-12 Stunden
Backzeit:	50 Minuten
Starttemperatur:	240°C
Backtemperatur:	200°C nach 10 Minuten
Schwaden:	beim Einschließen

Zeitstraster

22.00 Uhr

Vorteig ansetzen

Nächster Tag
7.00 Uhr

Hauptteig ansetzen

15.00 Uhr

Brot formen

15.30 Uhr

Ofen vorheizen

16.00 Uhr

Backen

16.50 Uhr

Brot fertig

Matjes-Salat Zutaten*

Süßsaures aufs Brot, mit Essiggurken, Zwiebeln und Apfel – das bietet der typisch-nordische Matjes-Salat. Der fruchtige Apfel ist ein perfekter Gegenspieler zum salzigen Fisch, dazu geben die Zwiebeln eine leichte Schärfe. So vielseitig wie seine Aromen, passt der Salat gleichermaßen zu einem kräftigen Bauernbrot wie auch zu hellen, knackigen Brötchen.

- Die Matjesfilets abspülen und 60-120 Minuten in Milch einlegen.
- Saure Sahne, Schmand und Crème fraîche vermengen. Mit Salz, Pfeffer, Essig und Dill abschmecken.
- Die Matjes aus der Milch holen und etwas abtropfen lassen. Ebenfalls in kleine Stücke schneiden.
- Alle Zutaten in die Marinade geben und unterheben. ■

- ▶ 500 g Matjesfilet (in Öl)
- ▶ 100-200 g Milch (kalt)

Für die Marinade

- ▶ 200 g Saure Sahne
- ▶ 200 g Crème fraîche (natur)
- ▶ 100 g Schmand

Spätere Zugabe

- ▶ 120 g Apfel (klein gewürfelt)
- ▶ 100 g Essiggurke (gewürfelt)
- ▶ 60 g Zwiebel (rot, in feine Ringe geschnitten)

Zum Abschmecken

- ▶ 3 g Dill (gerebelt)
- ▶ Salz
- ▶ Pfeffer
- ▶ Weißweinessig

*Ergibt 4 Portionen

Tipp

Wer es noch etwas pikanter mag, kann auch anstelle von Essig das Gurkenwasser verwenden. Der Salat schmeckt noch besser, wenn er 2-3 Stunden durchziehen konnte.

Rezept & Bild: Tanja Schlund

 @schlundisworld

 /Schlundis.Blog

 schlundis.com





Schweizer Brötchenkranz

Das typisch schweizerische Ruchmehl verleiht Broten und Brötchen mit seinem hohen Schalenanteil eine rustikale Note. Der Brötchenkranz ist aber nicht nur geschmacklich ein Erlebnis, sondern auch ein Augenschmaus. Auf jedem Frühstückstisch zieht er alle Blicke auf sich. Zu süßen Aufstrichen munden die Brötchen ebenso gut wie zu herzhaftem Belag.

🔴 Die Zutaten 10 Minuten auf langsamer Stufe verkneten. Das Salz hinzufügen und weitere 5 Minuten bei schnellerer Geschwindigkeit verkneten. Bei Bedarf schluckweise weiteres Wasser hinzugeben. Den Teig 3-4 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen, bis er sich in etwa verdoppelt hat. Nach 45 und 90 Minuten jeweils einmal dehnen und falten.

🔴 Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und in 8 gleich große Portionen à zirka 100 g teilen. Die Teiglinge schonend rundwirken.

Rezept & Bilder: Sonja Bauer

 @cookieundco

 /groups/cookieundco/

 cookieundco.de



Tipp
 Alternativ zum Couronne-Gärkörbchen können die Teiglinge ringförmig mit dem Schluss nach unten auf einem mit Backpapier belegten Backblech zur Stückgare gestellt werden. Zusätzlich eine kleine geölte Glas- oder Porzellanschüssel in die Mitte setzen. Anschließend die Schüssel entfernen und das Blech mit den Teiglingen in den Ofen geben.

- Alle Teiglinge in Mehl wälzen und mit Schluss nach oben in ein bemehltes Couronne-Gärkörbchen geben (Bild 1). Für 90-120 Minuten zur Stückgare stellen.
- Den Backofen rechtzeitig auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Die Teiglinge auf ein Blech stürzen und nach Belieben einschneiden (Bild 2). Unter Schwaden in den Ofen geben. 10 Minuten backen, danach die Temperatur auf 220°C senken. Weitere 15-20 Minuten fertig backen. ■

Sauerteig

- ▶ 80 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 100 g Weizenruchmehl (alternativ Weizenmehl 1050)
- ▶ 10 g Anstellgut

Die Zutaten gründlich mischen und abgedeckt bei Raumtemperatur 10-12 Stunden gehen lassen. Das Volumen sollte sich in dieser Zeit verdoppeln.



Autolyseteig

- ▶ 270 g Wasser (kalt)
- ▶ 400 g Weizenruchmehl (alternativ Weizenmehl 1050)

Die Zutaten mischen und abgedeckt bei Raumtemperatur 60 Minuten quellen lassen.



Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Autolyseteig
- ▶ 10 g Backmalz (inaktiv, alternativ Rübensirup)
- ▶ 3 g Frischhefe

Spätere Zugabe

- ▶ 40 g Wasser (bei Bedarf)
- ▶ 12 g Salz

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Sauerteig, Hefe
Teigkonsistenz:	mittelfest
Zeit gesamt:	15,5-19 Stunden
Zeit am Backtag:	5,5-7 Stunden
Backzeit:	25-30 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	220°C nach 10 Minuten
Schwaden:	beim Einschließen

Das Pan ed Langa

Als Claudio Sarotto als Lehrling den Duft von Mehl kennenlernte, war es um ihn geschehen. Er verliebte sich in die alten Getreidesorten seiner italienischen Heimat. Heute zieht es Kundenschaft von weit her in das kleine Dorf nach Alta Langa. Sie alle möchten das berühmte UNESCO-Brot probieren, das der Bäckermeister tagtäglich nach traditionellen Backverfahren produziert.



Es klappert vor der Tür der kleinen italienischen Dorfbäckerei in Manera. Das Pochen und Klackern der aufeinander fallenden Holzscheite ist das einzige, was jede Nacht zwischen 21 und 21.30 Uhr in dem Ort zu hören ist. Maria Sarotto, die Bäckersfrau, heizt den Ofen für die Brote vor, die ihr Mann Claudio Stunden später backen wird. Danach herrscht wieder Stille.

Italienische Köstlichkeiten

Als sie sich kennenlernten, konnte Maria mit dem Beruf ihres Mannes nur wenig anfangen. Das Brotbacken gehörte nicht zu ihren

Leidenschaften. Wohl aber die Liebe zu gutem Essen. Heute lebt sie in einer der kulinarisch interessantesten Regionen Italiens: im Herzen des nordwest-italienischen Piemont – der Gemeinde Alta Langa. Hier gedeihen die Rebsorten für Italiens erlesenste Weine: die trockenen Rotweine Barolo und Barbaresco.

Der Wein ist nicht das einzige Genuss-Lebensmittel aus der Region: Weiße und schwarze Trüffel bestimmen zur Erntezeit das Straßenbild von Alba, des Hauptortes in der sonnenbeschienenen Hügellandschaft 50 Kilometer südlich von Turin. Reisfelder prägen die Umgebung. Doch am meisten fallen die Haselnuss-Bäume ins Auge. Mehr als 80 Prozent der Anbauflächen des Piemont werden mit Haseln bewirtschaftet. So sorgen die Bäume für Reichtum in der Region und sind der ganze Stolz der Einheimischen.

Claudio Sarottos Backstube liegt mitten in einem Haselnuss-Gebiet. Dennoch finden sich die Früchte nur in einem seiner Produkte: der Piemonteser Haselnusstorte. Bei ihr handelt es sich nach deutschem Verständnis eher um einen Nusskuchen, wenn auch einen exzellenten. Nur wenige Zutaten braucht es, um diese saftige, duftende Köstlichkeit herzustellen: Mehl, Eier, Zucker und natürlich frisch geröstete Haselnüsse aus der Alta Langa. Manchmal ergänzt um Schokolade.

Der Tradition verpflichtet

Sarotto versteht sich als einen Bäcker der alten Schule. Traditionelles Backhandwerk, vereint mit der Liebe zu der Region, in der er lebt und arbeitet, prägen sein Tun. Als er mit 14 Jahren als Lehrling mit dem Backen begann, stieg ihm zuerst der Duft des Mehls in die Nase: süßlich, warm, heimelig. Claudios Lehrmeister verwendete ausschließlich alte Getreidesorten, die rund um sein Heimatdorf angebaut wurden.

Das war kurz nach dem Zweiten Weltkrieg. Importgetreide – selbst das aus Nord- oder Süditalien – war dem Bäckermeister zu teuer. So konzentrierte man sich auf das, was in der Region schon seit Jahrhunderten wuchs. Damals, nach Ende des Krieges, ging es bei der Wahl regionaler Rohstoffe allerdings nicht um die Umwelt und möglichst kurze Lieferwege, es ging ums Überleben.



Die Bäckerei „Pasticceria e Panetteria a Forno di Legna“ in Manera



Claudio Sarotto ist mit Leib und Seele Bäcker



In der Bäckerei gibt es eine große Auswahl typisch italienischer Brotsorten

Mit dem Aufkommen moderner Getreide gerieten die alten Sorten in Italien in Vergessenheit. Die neuen garantierten verlässliche und höhere Erträge. Das wirkte sich auch auf die Mehlpreise aus, was viele Bäckereien zu modernen Getreidesorten greifen ließ. Außerdem war das Mehl flexibler einsetzbar und beständiger während des Herstellungsprozesses, da es über stabilere Eigenschaften verfügte als das Ur-Getreide.

Während seiner Lehre lernte Claudio Sarotto den Umgang mit den alten Getreidesorten kennen. Wegen ihres schwächeren Klebergerüsts war es nicht einfach, mit ihnen zu backen. Die Ergebnisse jedoch überzeugten den leidenschaftlichen Handwerker im Geschmack – und sein Ehrgeiz war geweckt.

Reichhaltiges Sortiment

In seiner eigenen Backstube stellt er heute viele verschiedene Brotsorten nach traditionellen Verfahren und auch mit alten Sorten her. Im Sortiment gibt es Focaccia sowie Pagnotta, ein typisch italienisches Brot aus Hartweizengrieß, aber auch die berühmten Grissini nach Turiner Art werden hier gebacken.

Sarotto ist stolz, seine Backwaren mit einem Minimum an Industriehefe herzustellen. Er möchte die Tradition im Piemont pflegen, sagt er, das sei Ehrensache. „Bäcker, die ausschließlich mit Hefe backen, haben keine Ahnung, wie ehrliches Brotbacken

geht.“ Er setzt auf seine Pasta Madre, einen mittelfest geführten Weizensauerteig mit einer Teigausbeute von 155 bis 160, also 55 bis 60 Gramm Wasser auf 100 Gramm Mehl.

Seit mehr als 60 Jahren garantiert die Pasta Madre den besonderen Geschmack und die Luftigkeit seiner Backwaren. Geerbt hat der Bäcker sie von seinem Großvater, auch der war Bäcker. Die Pasta Madre von Claudio ist aromatisch und blubbert in einem Zehn-Liter-Eimer. Sie wohnt am kühlestem Ort der Backstube, weit hinter dem Backofen. Kühl bedeutet in diesem Fall meist zwischen 26 und 28 Grad.

Die Madre wird täglich mit Ur-Weizen-Vollkornmehl gefüttert. Das fördert die Aktivität der natürlichen Hefen. Ihre Farbe ist Hellgrau bis Hellbraun, der Duft und der Geschmack erinnern leicht an jungen Wein.

Kundschaft von nah und fern

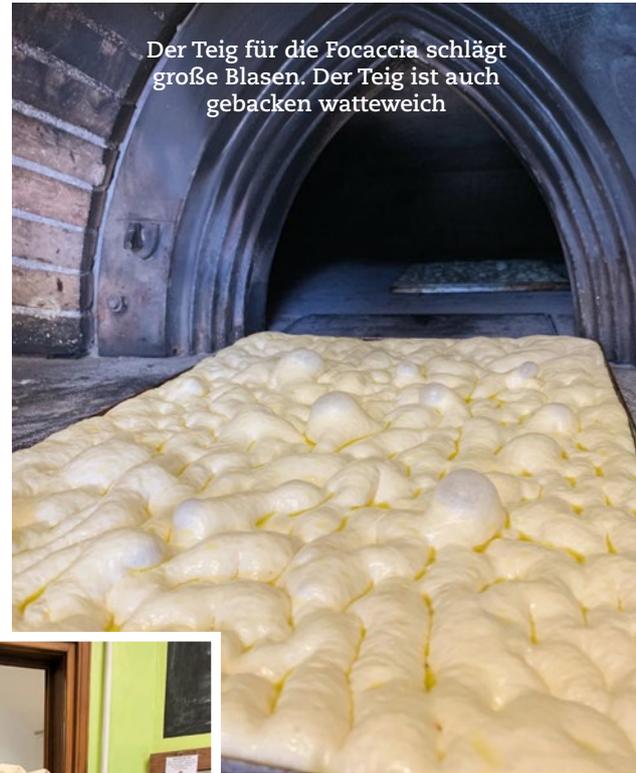
Während Maria Sarotto den Ofen anheizt, kümmert sich Claudio um seinen Poolish mit einer Teigausbeute von etwa 200. Claudio verwendet ihn überwiegend für Pizzen und Focacce. Der Vorteig schlägt große Blasen und ist überaus aktiv.

PANIFICIO PASTICCERIA FORNO A LEGNA DI SAROTTO CLAUDIO
 Inhaber: Claudio Sarotto
 4, Borgo Manera
 12050 Benevello (CN), Italien
 Telefon: +39/173/529406

Die nordwest-italienischen Region Piemont ist unter anderem für ihren Wein und auch die Haselnuss-Bäume bekannt



Der Teig für die Focaccia schlägt große Blasen. Der Teig ist auch gebacken watteweich



Wenn Sarotto morgens um 7 Uhr den Laden aufsperrt, warten schon die ersten Kundinnen und Kunden. Ein Schwätzchen mit der Nachbarschaft gehört zu ihrem täglichen Ritual. Genauso das große Stück Focaccia, das gerne für die Mittagspause mitgenommen wird – watteweich, relativ dünn und sparsam belegt mit zerdrückten Flaschentomaten aus der Dose, Rosmarin und Olivenöl.

Giovanna, die junge Bäckerin in Ausbildung, ist für die Patisserie und das Kassieren zuständig. Lächelnd nimmt sie die Bestellungen entgegen. Die meisten kaufen Claudio Sarottos berühmte Focaccia und Pizza, dazu noch ein oder zwei Brote. Auch den kleinen Apfeltörtchen kann kaum jemand widerstehen. Sie sind meist schon gegen 10 Uhr aus. Die Ware wird nach Gewicht verkauft. Giovanna legt sie auf die Waage, wiegt ab, kassiert und reicht die süßen Köstlichkeiten lächelnd über die Theke.

Die Kundschaft lässt ihr kaum eine Pause, die Qualität von Claudios Backwaren hat sich im gesamten Piemont herumgesprochen. Selbst Menschen aus Turin nehmen den Weg in die Alta Langa auf sich, um das Brot und die



Maria Sarotto hatte nichts mit dem Brotbacken zu tun, bis sie Claudio kennenlernte

Der kleine Laden ist weit über die Dorfregion hinaus bekannt für seine Köstlichkeiten



Focaccia des Bäckermeisters zu kosten. Fernsehen, Zeitungen, Radio – alle waren sie bei Sarotto, um über sein ganz besonderes Brot zu berichten. Ein Brot, dessen Ruhm bis in die Vereinigten Staaten von Amerika reicht: Claudio backt ein UNESCO-Weltkultur-Erbe-Brot: das Pan ed Langa, auch unter dem Namen Pane di Langa bekannt.

Brot für die Landbevölkerung

Das Brot verkörpert die traditionelle Bäckerei aus der Region und zeigt stolz, mit welchen aromatischen Getreiden früher Brot gebacken wurde. Jahrhundertlang sicherte die Backware der armen, ländlichen Bevölkerung das Überleben. Viele Lebensmittel standen den Menschen nicht zur Verfügung. Brot jedoch war stets im Zentrum der Ernährung, denn die Zutaten dafür konnten sich viele gerade noch leisten.

Damit die Geschichte und Tradition des Pan ed Langa nicht in Vergessenheit gerät, haben sich Getreidebauern und -bäuerinnen rund um Alta Langa, mehrere Mühlen, die die alten piemonteser Getreidesorten vermahlen, sowie sechs engagierte Bäckereien aus der Region zu einer Kooperation zusammengeschlossen: dem Consorzio di Tutela per il Pan ed Langa.

Sie initiierten das Projekt „Pan ed Langa“ und produzieren das traditionsreiche Brot

Beliebt bei der Kundschaft sind unter anderem die Grissini ...



wie in früheren Zeiten – also ohne künstliche Zusätze und Backmittel, mit Ur-Getreide aus der Region und in alten handwerklichen Verfahren. Lange musste recherchiert werden, welche Getreide einstmalig typisch für die Region waren. Viele der alten Weizensorten wurden schon viele Jahrzehnte nicht mehr angebaut – und waren in Vergessenheit geraten. Heute werden sie wieder liebevoll kultiviert – in Bioqualität.

Das Pan ed Langa ist ein aromatisches, rustikales Landbrot mit saftiger Krume und goldgelber, krachender Kruste. Verantwortlich für den Geschmack und die Bekömmlichkeit sind die uralten piemonteser Weichweizensorten Gambo di ferro, Rosso Gentile, Verna, Frassineto und Auronomia. Ganz in der Tradition vorheriger Generationen wird das Getreide rings um die umliegenden Dörfer dünger-, pestizid- und herbizidfrei angebaut, um dann von einer Mühle in der Nähe auf Stein vermahlen zu werden.

Kulturförderung

Die Bäckereien, die das Mehl verarbeiten, verpflichten sich dazu, Industriehefe-frei und nur mit Pasta Madre zu backen. Geführt wird das Brot 24 Stunden bei kalter Gare. Von Hand formt man es dann zu einem

... und Claudios Pizza mit Tomaten und Oliven



Dank des Pan ed Langa wurde das kulturelle Erbe der Stadt Alba von der UNESCO ausgezeichnet



länglichen Laib und schneidet es auf beiden Seiten schräg ein. So erhält das traditionelle Pan ed Langa seine unverkennbare Erscheinungsform und ein besonderes Muster, eine stilisierte Ähre. Durch den Einsatz des Weizensauerteigs ist eine lange Frischhaltung garantiert.

Doch das Consorzio wollte mehr als nur regionale Bekanntheit mit der Backware zu erlangen, sondern darüber hinaus die gesamte lokale Kultur- und Kreativwirtschaft stärken. Daher beschlossen die Beteiligten, sich mit ihrem Pan ed Lange in der Kategorie „Gastronomie/Breads of the Creative Cities“ bei der UNESCO-Projektgruppe International Traditional Knowledge Institute Foundation (ITKI-US) zu bewerben.

Das Creative Cities Network der Organisation der Vereinten Nationen für Bildung, Wissenschaft und Kultur UNESCO fördert das kulturelle Erbe von Städten. Dabei zielt es darauf ab, dass alle am kulturellen Leben Teilnehmenden aktiv zu einer nachhaltigen Stadtentwicklung und internationalen Kooperationen beitragen. Bewerben können sich alle Städte für die Kategorien Film, Musik, Design, Gastronomie, Medienkunst, Handwerk und Literatur.

Brotbacktradition

Die Bewerbung des Consorzio hatte Erfolg: Alba, die Hauptstadt der Region Piemont, wurde zu einer von neun italienischen Städten, die von der UNESCO als „Creative City“ ausgezeichnet wurden – auch dank des traditionell hergestellten Brotes. Seither ziert die 500-Gramm-Laibe des Pan ed Langa ein kleiner Papieraufkleber, auf dem das Logo des Projektes prangt.

In der Backstube verströmt das Pan ed Langa seither täglich seinen leicht süßlichen und blumigen Duft. Fertig für den Verkauf landet es



Das Pan ed Langa wird mit Pasta Madre getrieben und hat eine sehr lockere Krume

dann in dem kleinen Laden von Claudio Sarotto in Manera, der „Pasticceria e Panetteria a Forno di Legna“. Dort, wo Maria des nachts in aller Stille mit den Holzscheiten hantiert, um den Ofen zu befeuern. 🍷

Text & Bilder: Doris Schmidtutz-Dempewolf



Geformt wird das Brot von Hand und vor dem Einschließen eingeschnitten

Vorteig (Poolish)

- ▶ 150 g Wasser (kalt)
- ▶ 150 g Dinkelmehl 630
- ▶ 2 g Frischhefe

Alle Zutaten gründlich miteinander vermischen und 12-16 Stunden abgedeckt im Kühlschrank gehen lassen.

Quellstück

- ▶ 80 g Rosinen
- ▶ 20 g Rum (alternativ Apfelsaft/Wasser)

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

Kochstück

- ▶ 130 g Milch
- ▶ 30 g Hartweizengrieß

Den Grieß in die Milch einrühren und unter Rühren erhitzen, bis die Masse eindickt. 1-2 Minuten weiter rühren, vom Herd nehmen und abgedeckt bei Raumtemperatur 12-16 Stunden abkühlen lassen.

Hauptteig

- ▶ Poolish
- ▶ Quellstück
- ▶ Kochstück
- ▶ 250 g Dinkelmehl 630
- ▶ 100 g Magerquark
- ▶ 50 g Zucker

Spätere Zugabe

- ▶ 20 g Butter (kalt)
- ▶ 1 g Salz

Zum Bestreichen

- ▶ 1 Ei (Größe M)
- ▶ 1 Prise Salz

*Ergibt 6 große oder 8 kleine Brötchen

Rezept & Bild:

Michelle Deschner

 @mimipustebume

 /mimipustebume

Rosinen-Quark-Brötchen

Die lange Gehzeit verleiht den Rosinen-Quark-Brötchen nicht nur ein tolles Aroma, sondern macht sie auch flexibel im Zeitmanagement. So kann zum Beispiel Samstag morgens gemütlich gestartet werden, um zum Sonntagsbrunch warme Rosinenbrötchen für die Liebsten zu servieren. Aber nicht nur zum Frühstück sind sie lecker, auch zum Nachmittagskaffee passen sie wunderbar.

☉ Alle Zutaten – außer Butter und Salz – miteinander auf langsamer Stufe 5-7 Minuten verkneten. Butter und Salz hinzugeben und weitere 3-5 Minuten auf langsamer Stufe verkneten. Den Teig abgedeckt 60 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen, nach 30 Minuten einmal dehnen und falten.

☉ Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und in 6 gleich große Teile à 170 g oder 8 Teile à 125 g aufteilen. Die Teiglinge zu Brötchen formen.

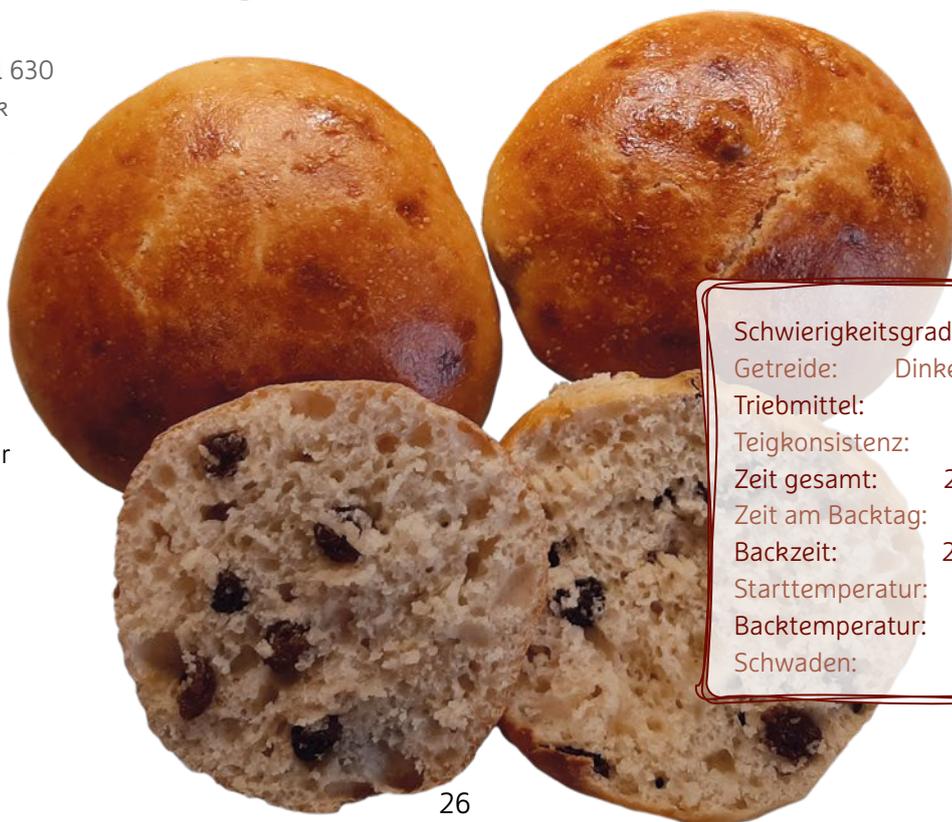
☉ Die Brötchen mit dem Schluss nach unten in eine gefettete Auflaufform geben, sodass die Brötchen genügend Abstand zueinander haben.

☉ Die Teiglinge für 12-16 Stunden luftdicht abgedeckt in den Kühlschrank stellen.

☉ Den Ofen rechtzeitig auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

☉ Die Teiglinge aus dem Kühlschrank nehmen, auf das Blech setzen oder in der Auflaufform lassen. Das Ei mit dem Salz verquirlen und damit die Brötchen bestreichen.

☉ Die Brötchen in den Ofen geben und 20-30 Minuten goldbraun backen. ■



Schwierigkeitsgrad:	★★★
Getreide:	Dinkel, Hartweizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	bindig
Zeit gesamt:	26-34 Stunden
Zeit am Backtag:	45 Minuten
Backzeit:	20-30 Minuten
Starttemperatur:	180°C
Backtemperatur:	180°C
Schwaden:	nein

Ausgabe 04/2021
www.brot-magazin.de

Brot

...bekömmlich backen

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

Brot

SCORING AUF DEM BROT
Anita Sumer über
schöne Schnitte

BROT-BUSINESS
Wie Laien Teig zum
Beruf machen

BUCHWEIZEN
Bekömmlich für
Mensch und Biene

**DIAGNOSE-
ÜBERSICHT**
Getreide-
Unverträglichkeiten

Rid

04 5,90 €
A: 6,50 €

191324*105901

Brot

Brot

Gesund und bekömmlich backen

FERMENTATION VERSTÄNDLICH
Alles über die Teiggare

DAS PAN ED LANGA
Brot als Kulturerbe

GLUTENFREIES BACKEN
Wie man Rezepte umstellt

IM HEFT
Mehr als
30 Rezepte
für gelingsichere
Brote und Aufstriche

**Volles Korn
Voraus**
Mit Vollkorn
köstlich backen

05 6,90 EUR
A: 7,60 Euro, CH: 13,50 Euro

191324*106908

Jetzt bestellen!

www.brot-magazin.de/einkaufen
service@wm-medien.de – 040/42 91 77-110



Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Lievito Madre, Hefe
Teigkonsistenz:	bindig
Zeit gesamt:	2-2,5 Stunden
Zeit am Backtag:	2-2,5 Stunden
Backzeit:	25-28 Minuten
Starttemperatur:	175°C
Backtemperatur:	175°C
Schwaden:	nein

Pistazien-Kranz

Wer Hefengebäck liebt, kann sich voller Vorfreude auf diesen Kranz stürzen und sollte ihn auch unbedingt probieren. Der Teig wird mit einer saftigen Füllung bestrichen und dann aufgerollt. Die leckere Pistaziencreme mit einem Hauch von weißer Schokolade lässt sich im Handumdrehen selbst herstellen.



Die Füllung gleichmäßig auf dem ausgerollten Teig verteilen



Nach dem Rollen werden die beiden Ende mittig aufgeschnitten, sodass an beiden Enden je zwei Stränge entstehen

- Alle Zutaten auf langsamer Stufe 2 Minuten vermischen, dann auf schnellerer Stufe 6 Minuten verkneten, bis ein geschmeidiger Teig entsteht. Abgedeckt bei Raumtemperatur 30-40 Minuten zur Gare stellen.
- Unterdessen die Pistaziencreme vorbereiten. Butter, Sahne und Schokolade in einem Topf vorsichtig erhitzen und die Zutaten miteinander verrühren.
- Die gehackten Pistazien zugeben und die Masse mit einem Pürrierstab zu einer feinen Creme mixen.
- Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und zu einem Rechteck von zirka 45 x 35 cm ausrollen. Die Füllung darauf verteilen. Dabei an den Rändern jeweils ungefähr 1-2 cm Platz lassen.
- Den Teig von der schmalen Seite aus vorsichtig aufrollen.
- Die Rolle längs von beiden Seiten fast bis zur Mitte durchschneiden, sodass an beiden Seiten zwei Stränge entstehen.
- Jeweils die zwei Stränge auf einer Seite spiralförmig umeinander drehen und schließlich die Enden zu einem Kranz schließen.
- Den Kranz auf ein Backblech legen und mit den Händen etwas in Form rücken. Abgedeckt bei Raumtemperatur 30 Minuten gehen lassen.
- Den Backofen auf 175°C Umluft vorheizen.
- Den Kranz in den gut vorgeheizten Ofen geben und 25-28 Minuten goldgelb backen.
- Für das Topping das Gelee erwärmen, bis es sich leicht verflüssigt.
- Das Gelee gleichmäßig auf den noch ofenwarmen Kranz auftragen, mit den gehackten Pistazien bestreuen und den Rand mit Puderzucker verzieren. 🍴

Teig-Zutaten

- ▶ 240 g Milch (lauwarm)
- ▶ 500 g Weizenmehl 405
- ▶ 120 g Lievito Madre (am Tag vorher aufgefrischt)
- ▶ 80 g Zucker
- ▶ 60 g Butter (weich)
- ▶ 1 Ei (Größe M)
- ▶ 10 g Frischhefe
- ▶ 1 Prise Salz

Für die Füllung

- ▶ 80 g Sahne
- ▶ 80 g Butter (in Stückchen)
- ▶ 80 g Schokolade (weiß, in Stückchen)

Spätere Zugabe

- ▶ 120 g Pistazien (gehackt)

Topping

- ▶ 20 g Aprikosen-Frucht-Gelee (alternativ Pfirsich)
- ▶ 20-30 g Pistazien (gehackt)
- ▶ etwas Puderzucker



Rezept & Bilder:
Tanja Schlund

 @schlundisworld

 /Schlundis.Blog

 schlundis.com



Teig-Zutaten

- ▶ 310 g Buttermilch (kalt)
- ▶ 100 g Orangensaft (kalt)
- ▶ 350 g Weizen-Ruchmehl
- ▶ 200 g Weizenmehl 550
- ▶ 30 g Lievito Madre
- ▶ 12 g Agavendicksaft (alternativ Honig)

▶ 1 g Frischhefe

Spätere Zugabe

- ▶ 15 g Sonnenblumenöl
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 5 g frische Minze (gehackt)

Tipp 1 g Frischhefe entspricht etwa der Größe einer Kichererbse.

Rezept & Bilder: Edda Klepp

@brotmagazin

/BrotMagazin

FrISCHE Sina

Ein sommerliches Weizenbrot mit den fruchtigen Noten von Orange und erfrischender Minze – das ist Sina. Ruchmehl verleiht dem Brot seinen besonderen Charakter. Die saftige Krume wird ummantelt von einer kräftigen Kruste. Das Brot lässt sich mit Frischkäse, mildem Aufschnitt oder einfach nur pur genießen.

☉ Alle Zutaten – außer Öl, Salz und Minze – in eine Schüssel geben und 8 Minuten bei langsamer Geschwindigkeit vermischen.

☉ Öl, Salz und Minze hinzugeben und 2 Minuten auf schnellerer Stufe verkneten.

☉ Den Teig in eine beölte Schüssel geben und abgedeckt bei Raumtemperatur 8-10 Stunden gehen lassen. Nach 90 Minuten einmal dehnen und falten.

☉ Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, vorsichtig rundwirken und mit Schluss nach oben in ein bemehltes Gärkorbchen legen. 60 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.

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

☉ Den Teigling auf ein Backpapier stürzen, einschneiden und vorsichtig in den vorgeheizten Topf geben. Den Topf in den Ofen geben und die Temperatur sofort auf 220°C reduzieren. 40 Minuten backen. Den Topfdeckel abnehmen und noch einmal 10 Minuten backen. 🍴

Schwierigkeitsgrad: ★★☆☆

Getreide: Weizen

Triebmittel: Hefe, Lievito Madre

Teigkonsistenz: bindig

Zeit gesamt: 12 Stunden

Zeit am Backtag: 12 Stunden

Backzeit: 50 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 220°C sofort

Schwaden: nein



Zeitraster

8.00 Uhr
Teig ansetzen

18.00 Uhr
Teig formen

18.30 Uhr
Ofen vorheizen

19.00 Uhr
Backen

19.50 Uhr
Brot fertig

Rucola-Grillbrot

Gerade der Sommer bietet sich für Gebäck-Spielereien an. Das herzhaft-brot eignet sich hervorragend für gesellige Abende am Grill, macht aber auch zum Abendessen auf dem Tisch eine gute Figur. Der Clou ist die Rucola-Limetten-Butter, die zusammen mit dem Tomatengeschmack im Teig für eine Geschmacksexplosion sorgt.

● Alle Zutaten auf langsamer Stufe 5 Minuten vermischen, dann auf schnellerer Stufe 3 Minuten verkneten. Abgedeckt bei Raumtemperatur 60 Minuten ruhen lassen.

● Den Teig einmal dehnen und falten, dann für 8-10 Stunden in den Kühlschrank stellen.

● Den Teig 3 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur akklimatisieren lassen.

● Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und in 2 gleich große Portionen à zirka 740 g teilen.

● Die Teiglinge jeweils zu einem langen Strang von etwa 40 cm Länge rollen, in sich verdrehen und zu je einem Kranz formen. Jeden Kranz in jeweils einem bemehlten Gärkorbchen 30-60 Minuten zur Gare stellen.

● Rechtzeitig den Backofen auf 230°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

● Die Teiglinge unter kräftigem Schwaden in den Ofen geben und 20 Minuten backen. Den Schwaden ablassen und weitere 10 Minuten backen.

● Nach dem Backen die noch warmen Kränze vorsichtig einschneiden und die Rucola-Limetten-Butter in den Schlitzen verteilen. 🌿



Vorteig

- ▶ 130 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 190 g Weizenmehl 812 (alternativ Weizenmehl 1050)
- ▶ 4 g Frischhefe

Alle Zutaten gründlich miteinander vermischen und abgedeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten gehen lassen. Alternativ für 48 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Hauptteig*

- ▶ Vorteig
- ▶ 400 g Wasser (kalt)
- ▶ 300 g Ur-Dinkelmehl 630 (alternativ Dinkelmehl 630)
- ▶ 210 g Weizenmehl 1050
- ▶ 150 g Tomaten (stückig, aus der Dose)
- ▶ 90 g Roggenschrot (fein, alternativ Roggenmehl Vollkorn)
- ▶ 15 g Salz
- ▶ 10 g Frischhefe

*Ergibt 2 Stück

Rezept & Bilder: Richemont Fachschule

 richemont.swiss

RUCOLA-LIMETTEN-BUTTER

- 160 g Butter (weich)
- 45 g Rucola
- 16 g Saft einer Limette
- 5 g Speisesalz
- 2 g Schale einer Limette (Bio)
- 1 g Tabasco (rot)

Butter und Rucola zusammen fein pürieren, dann alle weiteren Zutaten dazugeben und schaumig rühren. Anschließend kühl stellen.

Schwierigkeitsgrad: ★★☆☆

Getreide: Weizen, Dinkel, Roggen

Triebmittel: Hefe

Teigkonsistenz: bindig

Zeit gesamt: 15-18 Stunden

Zeit am Backtag: 4-5 Stunden

Backzeit: 30 Minuten

Starttemperatur: 230°C

Backtemperatur: 230°C

Schwaden: beim Einschließen, nach 20 Minuten ablassen



Teig-Zutaten*

- ▶ 275 g Wasser (kalt)
- ▶ 300 g Weizenmehl Tipo 00 (alternativ Weizenmehl 405)
- ▶ 200 g Weizenmehl 550
- ▶ 10 g Frischhefe
- ▶ 5 g Backmalz (aktiv, alternativ Zucker)

Spätere Zugabe

- ▶ 30 g Butter (weich, in Stückchen)
- ▶ 10 g Salz

*Ergibt 8 Stück



Statt den Teig nach dem Kneten 3 Stunden gehen zu lassen, kann er auch langsam über Nacht im Kühlschrank reifen, um mehr Aroma zu entwickeln. Dafür die Hefe um die Hälfte reduzieren und den Teig 30 Minuten bei Raumtemperatur akklimatisieren lassen, bevor die Brötchen geformt werden.

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	bindig
Zeit gesamt:	4,5 Stunden
Zeit am Backtag:	4,5 Stunden
Backzeit:	20-22 Minuten
Starttemperatur:	200°C
Backtemperatur:	200°C
Schwaden:	beim Einschließen



Die Teiglinge werden auf eine Dicke von 0,5 cm aus- und dann von der schmalen Seite aus aufgerollt

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

Bei diesen einfachen Frühstücksbrötchen kommen Erinnerungen an den letzten Italien-Urlaub auf. Typisch für die Panini Mantovani ist ihre gerollte Form. Die Zutaten sind schlicht, und trotzdem erhält man im Nu ein leckeres Gebäck, das nicht nur den Frühstückstisch, sondern auch jedes Grillfest oder Picknick bereichert.

- Alle Zutaten – außer Butter und Salz – auf langsamer Stufe 5 Minuten vermischen.
- Butter und Salz zugeben und den Teig auf schnellerer Stufe weitere 5 Minuten zu einem glatten Teig verkneten.
- Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und zu einer Kugel formen. Dann in eine geölte Schüssel geben und abgedeckt bei Raumtemperatur zirka 3 Stunden gehen lassen, bis sich das Volumen etwa verdoppelt hat.
- Den Teig auf eine dünn bemehlte Arbeitsfläche geben und in 8 gleich große Portionen à zirka 100 g teilen. Die 8 Teiglinge rundformen und in einem Backleinen (alternativ Geschirrhandtuch) abgedeckt 5 Minuten ruhen lassen.
- Die Teiglinge flach drücken und länglich auf eine Dicke von 0,5 cm ausrollen. Dann jeweils von der schmalen Seite aus aufrollen und auf ein Backblech setzen. Die Teiglinge 30 Minuten abgedeckt entspannen lassen.
- Unterdessen den Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Die Teiglinge der Länge nach tief einschneiden und mit Wasser besprühen. Unter kräftigem Schwaden in den Ofen geben und 20-22 Minuten goldbraun backen. ■



Kirschen-Gewürz-Konfitüre

Ob mit Süßkirschen oder Schattenmorellen – mit diesem Fruchtaufstrich verlängert sich die angehende Kirschen-Zeit noch lange auf dem Frühstückstisch. Dazu ein paar selbstgemachte Brötchen – und der Genuss ist perfekt. Ein besonderes Aroma kommt mit den edlen Gewürzen hinein. Auch zu deftigen Wildgerichten passt die Konfitüre ganz hervorragend.



Tipp

Etwa 1.400 g frische Kirschen ergeben entsteint und entsteint 1.200 g Fruchtfleisch. Je nach gewünschter Konsistenz kann die Masse auch ganz püriert werden.

- Die Zitrone und die Orange halbieren und den Saft auspressen.
- Die Tonkabohne fein reiben.
- Alle Zutaten in einen Topf geben und gut vermischen. Die Kirschmasse für mindestens 2 Stunden, besser über Nacht durchziehen lassen.
- Die Kirschmasse unter ständigem Rühren langsam aufkochen, für 4 Minuten sprudelnd kochen lassen und dabei ebenfalls ständig durchrühren.
- Eine Gelierprobe durchführen.
- In der Zwischenzeit Twist-Off-Gläser sterilisieren.
- Die fertige Konfitüre in die Twist-Off-Gläser füllen und diese sofort fest verschließen. ■

Zutaten*

- ▶ 1.200 g Kirschen (gewaschen, entsteint und zerkleinert)
- ▶ 400 g Gelierzucker (3:1)
- ▶ Saft einer Zitrone
- ▶ Saft einer Orange
- ▶ 2 g Zimt (gemahlen)
- ▶ Mark einer Vanillestange
- ▶ 1/2 Tonkabohne

*Ergibt 8 Gläser à 200 g

Rezept & Bild: Gerda Göttling

GELIERPROBE

Die Gelierprobe dient dazu festzustellen, ob die zubereitete Fruchtmasse wie gewünscht fest wird, wenn sie in den Gläsern erkaltet. Dafür etwas von dem Aufstrich auf einen kleinen Teller geben und für 1-2 Minuten zum Abkühlen stellen. Die Masse sollte in dieser Zeit dicklich bis fest werden. Falls dies nicht der Fall ist, noch einmal ein paar Minuten unter Rühren weiter köcheln lassen und die Gelierprobe wiederholen.

Für Einsteiger
geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★☆
Getreide:	Einkorn, Dinkel, Weizen
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	mittelfest
Zeit gesamt:	17-25 Stunden
Zeit am Backtag:	5 Stunden
Backzeit:	45 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	230°C sofort
Schwaden:	beim Einschießen



Einkorn,
Zweikorn,
Dreikorn



Mit dem Dreikorn wurde ein Kandidat zum Brot des Jahres erkoren, der besonders viel Kreativität zulässt. Denn welches Korn zum Einsatz kommt, ist dem Einfallsreichtum der Bäckerinnen und Bäcker überlassen. Hier bringt ein Sauerteig aus Einkorn mildes Aroma in den Teig. Dazu gesellt sich sein Nachfahre – Dinkel. Während beim Einkorn an jeder Ährenspindel nur ein Korn wächst, sind es beim Dinkel zwei. Genauso wie beim Weizen, der das Familientreffen vervollständigt. Die drei Getreide sind genetisch eng verwandt.

- 🕒 Alle Zutaten 10 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann 4 Minuten auf schnellerer Stufe kneten.
- 🕒 Den Teig abgedeckt bei Raumtemperatur 2,5 Stunden gehen lassen, nach 30 und 60 Minuten jeweils dehnen und falten.
- 🕒 Den Teig langwirken, mit Schluss nach oben in ein bemehltes Gärkörbchen geben und 60 Minuten zur Gare stellen.
- 🕒 Den Backofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- 🕒 Den Teigling sanft aus dem Gärkörbchen stürzen, einschneiden und mit Schwaden in den Ofen geben. Die Temperatur sofort auf 230°C senken. 45 Minuten backen. 🍴

Sauerteig

- ▶ 200 g Wasser (warm)
- ▶ 200 g Einkornmehl Vollkorn (alternativ Weizenmehl Vollkorn)
- ▶ 10 g Anstellgut

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

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 250 g Wasser (kalt)
- ▶ 200 g Weizenmehl 1050
- ▶ 200 g Dinkelmehl 630 (alternativ Weizenmehl 550)
- ▶ 12 g Salz

Rezept & Bild:
Sebastian Marquardt



Zeitraster

22.00 Uhr

Sauerteig ansetzen

Nächster Tag

17.00 Uhr

Hauptteig ansetzen

20.00 Uhr

Brot formen

20.30 Uhr

Ofen vorheizen

21.00 Uhr

Backen

21.45

Brot fertig

Frühsummer '21

Was war das für ein Start in den Sommer? Kaum hatte man sich auf Kälte eingestellt, schien die Sonne. Freute man sich, suchte leichtere Kleidung raus, zog der Himmel wieder zu und das Frösteln begann. Der Roggen steht in diesem Brot für die kühlen Winde, der helle Weizen für milde Tage, der Hartweizen für die Hoffnung auf einen italienischen Sommer.

- Alle Zutaten 10 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann 10 Minuten auf schnellerer Stufe kneten.
- Den Teig abgedeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten gehen lassen.
- Den Teig rundwirken, mit Schluss nach unten in ein bemehltes Gärkörbchen geben und 60 Minuten zur Gare stellen.
- Den Backofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Den Teigling sanft aus dem Gärkörbchen stürzen, einschneiden und mit Schwaden in den Ofen geben. Die Temperatur sofort auf 220°C senken. 50 Minuten backen. ■

Sauerteig

- ▶ 180 g Wasser (warm)
- ▶ 210 g Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 15 g Anstellgut

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

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 310 g Wasser (kalt)
- ▶ 200 g Weizenmehl 1050
- ▶ 190 g Hartweizenmehl (alternativ Hartweizengrieß)
- ▶ 12 g Salz

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Roggen, Weizen, Hartweizen
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	mittelfest
Zeit gesamt:	16-24 Stunden
Zeit am Backtag:	4 Stunden
Backzeit:	50 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	220°C sofort
Schwaden:	Beim Einschließen





Zeitnaster

22.00 Uhr
Sauerteig ansetzen

Nächster Tag
17.00 Uhr
Hauptteig ansetzen

19.30 Uhr
Brot formen

20.00 Uhr
Ofen vorheizen

20.30 Uhr
Backen

21.20
Brot fertig

NO KNEAD-REZEPT

kein Kneten erforderlich



Baguette spontanéité



Zeitstraster

12.00 Uhr

Autolyseteig ansetzen

13.00 Uhr

Hauptteig ansetzen

14.00 Uhr

Zylinder formen

14.30 Uhr

Baguette formen
und Ofen vorheizen

15.00 Uhr

Backen

15.20 Uhr

Brot fertig

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen, Dinkel, Hartweizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	weich
Zeit gesamt:	3,5 Stunden
Zeit am Backtag:	3,5 Stunden
Backzeit:	20 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	230°C
Schwaden:	nach 1 Minute nach 1 Minute

Überlegt man sich mittags, dass das Wetter am Abend perfekt fürs Grillen wäre, ist guter Rat teuer. Grillgut lässt sich noch besorgen. Aber wie ist es mit dem Baguette? Das kann auch in der kurzen Zeit noch richtig lecker klappen. Und ohne Knetmaschine ist das Rezept sogar für den Campingplatz oder die Urlaubsküche geeignet.

☉ Salz, Hefe und Malz im Wasser lösen und in den Autolyseteig einarbeiten bis der Teig wieder homogen ist. Abgedeckt 60 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.

☉ Den Teig in 3 Teile zu je etwa 280 g teilen und jedes Stück zu einem Zylinder aufrollen. Die Teiglinge für 30 Minuten in einem Backleinen (alternativ Geschirrhandtuch) abgedeckt gehen lassen.

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

☉ Jeden Teigling zu einem Baguette ausrollen und für 30 Minuten in einem Backleinen (alternativ Geschirrhandtuch) abgedeckt gehen lassen.

☉ Die Teiglinge auf ein Blech legen, einschneiden und in den Ofen geben. Nach einer Minute schwaden und die Temperatur auf 230°C senken, weitere 19 Minuten backen. 🍴

Autolysteteig

- ▶ 300 g Wasser (warm)
- ▶ 300 g Weizenmehl 550
- ▶ 100 g Dinkelmehl 630 (alternativ Weizenmehl 550)
- ▶ 100 g Hartweizenmehl (alternativ Weizenmehl Vollkorn)

Die Zutaten gründlich mischen und 60 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur quellen lassen.

Hauptteig

- ▶ Autolyseteig
- ▶ 40 g Wasser (warm)
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 10 g Frischhefe
- ▶ 3 g Backmalz (aktiv, optional)

Rezept & Bild:
Sebastian Marquardt

Brotteig ist im Grunde ein wunderbarer Freund, der einfach immer besser wird, wenn man ihn in Ruhe lässt. So entwickelt sich selbst aus einem schnöden Weizenteig mit Hefe ein aromatischer Gaumenschmaus, der herzhaften wie süßen Belägen kulinarisch die perfekte Bühne bereitet.

- 🕒 Alle Zutaten – außer das Salz – 10 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann 5 Minuten auf schnellerer Stufe kneten. Das Salz hinzugeben und weitere 9 Minuten schnell kneten.
- 🕒 Den Teig abgedeckt 60 Minuten bei Raumtemperatur nachquellen lassen, dann für 20-24 Stunden abgedeckt im Kühlschrank gehen lassen.
- 🕒 Den Teig aus dem Kühlschrank auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, behutsam zu einem Laib formen und mit Schluss nach unten 60 Minuten in einem bemehlten Gärkorbchen zur Gare stellen.
- 🕒 Den Backofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- 🕒 Den Teigling sanft aus dem Gärkorbchen stürzen, einschneiden und mit Schwaden in den Ofen geben. Die Temperatur sofort auf 220°C senken. 50 Minuten backen. 🍴

Hauptteig

- ▶ 450 g Wasser (kalt)
- ▶ 300 g Weizenmehl 1050
- ▶ 300 g Weizenmehl 550
- ▶ 6 g Frischhefe
- Spätere Zugabe
- ▶ 12 g Salz

Rezept & Bild:
Sebastian Marquardt



Zeitnaster

19.00 Uhr

Teig ansetzen

20.30 Uhr

Teig in den Kühlschrank geben

Nächster Tag

18.00 Uhr

Brot formen

18.40

Ofen vorheizen

19.10 Uhr

Backen

20.00 Uhr

Brot fertig

Wilma



*Für Einsteiger
geeignet*

Schwierigkeitsgrad:	☆☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	fest
Zeit gesamt:	23-27 Stunden
Zeit am Backtag:	2 Stunden
Backzeit:	50 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	220°C sofort
Schwaden:	beim Einschließen

NO KNEAD-REZEPT

kein Kneten erforderlich



Pagnotta Paolo



Rezept & Bild: Sebastian Marquardt



Zeitnaster

20.00 Uhr
Vorteig ansetzen

Nächster Tag
10.00 Uhr
Hauptteig ansetzen

12.10 Uhr
Brot formen

12.40 Uhr
Ofen vorheizen

13.10 Uhr
Backen

14.00 Uhr
Brot fertig



Paolo ist ein waschechter Italiener mit nordischem Einschlag. Hartweizen ist das einzige Getreide, das im Pagnotta zum Einsatz kommt. Seine gelbe Farbe und das zimtige Aroma wecken sofort Erinnerungen an einen Abend in der Trattoria, an dem während des Speisekarten-Studiums schon einmal Brot ins Öl gedippt wird. Nur einen Unterschied registriert der Gaumen sofort. Ganz unitalienisch unterstreicht Salz den Geschmack des Brotes.

☉ Salz und Honig im Wasser lösen und dann mit Vorteig sowie Autolyseteig homogen von Hand verkneten.

☉ Den Teig abgedeckt 120 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.

☉ Den Teig rundwirken und mit Schluss nach unten in einem bemehlten Gärkorbchen 60 Minuten zur Gare stellen.

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

☉ Den Teigling sanft aus dem Gärkorbchen stürzen, einschneiden, in den Ofen geben, kräftig schwaden, die Temperatur auf 220°C senken und 50 Minuten backen. ■

Tipp

1 g Frischhefe entspricht etwa der Größe einer Kichererbse

Vorteig (Biga)

- ▶ 200 g Wasser (warm)
- ▶ 300 g Hartweizenmehl (alternativ Hartweizengrieß)
- ▶ 1 g Frischhefe

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



Autolyseteig

- ▶ 200 g Wasser (warm)
- ▶ 300 g Hartweizenmehl (alternativ Hartweizengrieß)

Die Zutaten gründlich mischen und abgedeckt 60 Minuten bei Raumtemperatur quellen lassen.

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	Hartweizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	bindig
Zeit gesamt:	16-20 Stunden
Zeit am Backtag:	4 Stunden
Backzeit:	50 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	220°C sofort
Schwaden:	beim Einschließen

Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ Autolyseteig
- ▶ 60 g Wasser (warm)
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 10 g Honig (optional)

LeserBROT

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



Bereits beim Durchblättern der letzten Ausgabe bin ich beim Namen und Bild des Brotes Prinz Philip hängengeblieben. Als ich in der Zutatenliste dann noch Gin und Wacholderbeeren las, wusste ich – das wird mein Brot. Beim Anschneiden steigt einem schon die ausgeprägte Note von Wacholder in die Nase. Ebenso zeigt sich die wild aufgerissene Oberfläche. Die Krume ist herzhaft, mit den Wacholderbeeren aber sicher nichts für jeden Geschmack. Mir, einem enthusiastischen Laienbäcker und Gin-Fan, hat das Brot wunderbar geschmeckt.

Werner Wilhelm



Ich hatte noch einen Teil eines Lievito-Madre-Ansatzes übrig und habe diesen genutzt, um den Sauerteig für die Vesper-Kruste aus **BROT 02/2021** herzustellen. Das Brot ist toll geworden und hat allen gut geschmeckt.

Rebecca Gensmann

Die Easy-Peasies aus **BROT 02/2021** sind sehr einfach zu backende, leckere Brötchen. Sie kommen mit wenig Hefe aus und enthalten in meinen Augen nur die Zutaten, die fürs Gelingen wirklich nötig sind. Die habe ich bestimmt nicht zum letzten Mal gebacken.

Conny Fries



Ich habe mich an das kräftige Weizenmischbrot aus der Ausgabe 04/2019 gewagt. Das Ergebnis ist perfekt – das Brot hat eine lockere Krume und eine krosse Kruste. Allerdings habe ich das Weizenmehl 1050 gegen Dinkelmehl 1050 ausgetauscht. Zum Schwaden nehme ich ein paar Eiswürfel und gebe sie auf das heiße Blech. Das bringt ordentlich Dampf.

Janin Pabst



Das Rezept für die Kurkuma-Stangen aus **BROT 04/2021** ist mir sofort aufgefallen. Einen Vorteig habe ich immer im Kühlschrank und so konnte ich sie direkt nachbacken. Allerdings habe ich kalte Milch und warmes Wasser genommen. Die Stangen sind sehr lecker geworden.

Christiane Raih

Das Alpzüngle aus **BROT 03/2021** ist mir, bis auf ein paar Schönheitsfehler, gut gelungen. So habe ich vergessen, das Brot vor dem Backen ein wenig einzuschneiden und habe es etwas schräg in die Backform gegeben. Dem Geschmack tut das aber keinen Abbruch, das Brot hat gut geschmeckt. Der Dicke Bauer aus der gleichen Ausgabe ist mir sehr gut gelungen.

Erika Schreiber





KRUSTav aus **BROT 04/2021** ist ein aromatisches und lang frisch bleibendes Brot. Gebacken wurde es in einem gusseisernen Topf. Als Körnermischung habe ich Sesam, Sonnenblumenkerne und Goldleinsamen genommen. Ob herzhafter oder süßer Belag, das Brot macht immer eine gute Figur und ist sehr alltagstauglich.

Andreas Feltes



Die Krakauer Kringle aus **BROT 02/2021** schmecken sehr lecker. Der nicht zu unterschätzende Aufwand lohnt sich, mit etwas Zimt oder Nusscreme sind die Kringle doppelt lecker.

Jens und Anke Dambeck

Ich probiere sehr gerne Brote aus, die auf den ersten Blick außergewöhnliche Zutaten haben. Wie das Huusbrot aus **BROT 02/2021**. Balsamico-Essig verleiht dem Brot eine tolle Würze. Die Sesam-Laugen-Kringle aus **BROT 06/2020** haben mit dem Vollkornanteil einen tollen Geschmack. Auch dieses Rezept finde ich einfach toll.

Daniela Fritz



Mein Norddeutsches Landbrot aus der letzten Ausgabe kam nicht ohne persönliche Note aus: geschrotete Flohsamen, eine Handvoll Saaten und mit dem Schluss nach unten im Topf gebacken. Dennoch ist das Brot schön wild gerissen. Und der Geschmack ist super.

Edda Hein

Ich habe das Dinkelborner aus der letzten Ausgabe nachgebacken. Da ich das klassische Paderborner sehr mag, musste ich die Dinkelvariante unbedingt probieren. Ein super leckeres, saftiges Brot. Die Herstellung lässt sich optimal in den Alltag einbauen. Das Brot backt sich fast von alleine und gehört ab sofort zu meinen Lieblingsbroten.

Uwe Riebow



Bei mir gab es das Norddeutsche Landbrot aus der letzten Ausgabe. Entgegen meiner Gewohnheit, ein Brot einzuschneiden, habe ich mich passend zum „rauen Norden“ fürs wilde Aufreißen entschieden. Optisch schon mal toll, ich bin gespannt auf den Anschnitt.

Sonja Diekow

Ich habe das Norddeutsche Landbrot aus der letzten Ausgabe gemacht und bin schon neugierig, wie Krume und Geschmack sind. Denn Backstahl war dieses Mal nicht die beste Variante. Der Boden ist dunkelbraun geworden.

Pia Hofmann



Das Norddeutsche Landbrot aus **BROT 04/2021** ist ein tolles Brot, das ohne Hefe auskommt und trotzdem sehr lecker schmeckt.
Anja Becker



Ich habe das Norddeutsche Landbrot aus der letzten Ausgabe gebacken. Zwar stand mein Sauerteig ungeplant viel zu lange und ich habe vergessen, die Flohsamen einzuweichen. Aber dafür ist das Ergebnis großartig gelungen. Auch der Geschmackstest hat überzeugt. Das Brot schmeckt sehr lecker.



Katharina Henken



Ich reihe mich in die Reihe der Fans vom Norddeutschen Landbrot aus **BROT 04/2021** ein. Ich habe es im Topf gebacken und bin total begeistert. Das wird mein neues Alltagsbrot – ein neuer Ansatz steht schon bereit.
Sonja Mies-Schober

Das Brot Drei Freunde aus der letzten Ausgabe ist jetzt auch mein Freund. Das Rezept war total einfach und das Ergebnis echt lecker. Beim nächsten Mal gebe ich vielleicht noch Brotgewürz mit in den Teig.
Sandra Zellner



Das Buchweizen-Tee-Brot aus **BROT 04/2021** wollte ich unbedingt ausprobieren. Das Buchweizenmehl hat mich skeptisch und neugierig zugleich gemacht. Letztendlich bin ich aber begeistert, das Brot schmeckt sehr gut.

Sabine Pilgrim

Ich habe das Norddeutsche Landbrot aus der letzten Ausgabe gebacken und bin so überzeugt, dass ich es bald wieder mache.
Sanja Blanke



Ich habe das Buchweizen-Tee-Brot aus der letzten Ausgabe gebacken. Mir hat es so gut geschmeckt, dass ich es gleich nochmal backen werde.
Peggy Winkel



**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.

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



Horbacher Mühle

Horbacher Mühle
Prod. u. Handels GmbH

Oberhorbacher Str. 25
53819 Neunkirchen-Seelscheid

Telefon: 02247 / 300 102

Mail: shop@horbacher-muehle.de
www.horbacher-muehle.de

PLZ 60000



Aus Tradition gut

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

Zimmermann-Mühle



Gaimühle 1, 63923 Riedern
Tel.: 09378 99950

PLZ 70000



Stingel-Mühle
72336 Balingen



Versandkostenfrei ab 45 €

**QUALITÄTSMEHLE
BACKMISCHUNGEN
BACKZUTATEN
& ZUBEHÖR**

www.mehlkaufen.de



Heimatsmühle
SEIT 1809

Unser Mühlenladen
für Genussentdecker



Heimatsmühle I
73433 Aalen
Telefon 0 73 61 / 91 51 - 64
www.heimatsmuehle.com



SPIELBERGER
Mühle

Beste Biomehle in großer
Vielfalt finden Sie im

- Bioladen
- In unserem Mühlenladen
- In unserem Onlineshop

Mehr unter spielberger.de

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



BLATTERT MÜHLE

Gesunde
Mühlenprodukte,
frisch aus dem
Schwarzwald!

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

PLZ 80000



BRUCKMAYER MÜHLE



In unserem
Online-Shop
findest Du alles
rund ums Backen
& noch vieles
mehr ...

BRUCKMAYER MÜHLE | Althötting
Telefon: (0)86 71-69 89
www.bruckmayer-muehle.de



MAILÄNDER MÜHLE

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

Online shoppen:
mailaender-muehle.de

Alle Mühlenprodukte auch in BIO
Besondere Spezialität
Gelbweizenmehl



RIESER GOLD

PLZ 90000



Schustermühle
Seit 1825

- Mehl
- Getreide
- Backzutaten

Aus der
Region für
die Region.

besuchen Sie unseren
Onlineshop

Schustermühle
Eisersdorf 8 · 95478 Kemnath-Stadt
Tel: 09642-477
www.schustermuehle.de
info@schustermuehle.de

Österreich



Backmischungen für Brot,
Kuchen und Gebäck

Verschiedene Mehle und Grieße

Müsli und Cerialien

Mühlenführungen auf Anfrage

Onlineshop:
www.winkler-muehle.de

Dorfstr. 1 • 91189 Gustenfelden
Tel.: 09122-83 18 55
Öffnungszeiten Mühlenladen und Hofcafe
Mo-Fr 08-18 Uhr • Sa 08-13 Uhr

Langer Mühle Atzenbrugg

Mehle und alles rund ums Backen!



la miih la
Langers Mühlenladen

www.lamuehla.at
office@langermuehle.at

Telefon +43 2275 5273
Schubertstraße 15
3452 Atzenbrugg
Österreich

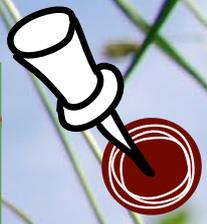


GUTES FÜR DICH!

EXZELLENTER BIOQUALITÄT -
GUT FÜR'S BAUCHGEFÜHL!

23 Sorten Mehl, u.a. auf Stein vermahlen,
Backmalze, Trockensauerteige u.v.m

Bequem online bestellen unter
www.rosenfellner.at



Mühlensammler



Dieses Rezept gelingt mit dem Thermomix

Vorteig (Poolish)

- ▶ 75 g Wasser (warm)
- ▶ 100 g Weizenmehl 550
- ▶ 2 g Frischhefe

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

Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ 120 g Japanische Hefe (alternativ Lievito Madre)
- ▶ 175 g Milch (kalt)

Spätere Zugabe

- ▶ 380 g Weizenmehl 550
- ▶ 50 g Butterschmalz (weich, alternativ Butter)
- ▶ 1 Eigelb
- ▶ 15 g Salz
- ▶ 10 g Honig (alternativ Zuckerrübensirup)

Topping

- ▶ 30 g Milch (kalt)

Rezept & Bild:
Bärbel Adelhelm

Schwierigkeitsgrad: ★★☆☆
 Getreide: Weizen
 Triebmittel: Hefe, Japanische Hefe
 Teigkonsistenz: fest, leicht klebrig
 Zeit gesamt: 19 Stunden
 Zeit am Backtag: 4-6 Stunden
 Backzeit: 45 Minuten
 Starttemperatur: 200°C
 Backtemperatur: 175°C sofort
 Schwaden: beim Einschließen, nach 10 Minuten ablassen



Dinkeltoast

Dieses lockere Toastbrot gelingt mit dem Thermomix im Nu. Es hat eine wattig-weiche Krume und eine angenehme Süße, die sehr gut zu milden, aber auch zu leicht-herzhaften Aufstrichen passt. Geräucherter Lachs schmeckt auf dem Dinkeltoast ebenfalls ganz hervorragend. Aromagebend kommt hier wahlweise japanische Hefe oder Lievito Madre zum Einsatz.

- Den Vorteig, die japanische Hefe und die Milch auf Stufe 4 im Thermomix 30 Sekunden verquirlen.
- Die restlichen Zutaten hinzugeben und auf Teigstufe 3 Minuten verkneten.
- Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und rundwirken. Abgedeckt bei Raumtemperatur zirka 3-5 Stunden gehen lassen, bis sich das Volumen deutlich vergrößert hat.
- Den Teig erneut auf eine bemehlte Arbeitsplatte geben und in 4 gleich großen Portionen à zirka 230 g teilen.
- Die vier Teiglinge rundwirken und nebeneinander in eine gefettete Kastenform (zirka 25 cm) setzen. Mit etwas Milch bestreichen und abgedeckt bei Raumtemperatur 2-3 Stunden gehen lassen, bis sich das Volumen nahezu verdoppelt hat.
- Rechtzeitig den Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Die Kastenform unter kräftigem Schwaden in den Ofen geben und die Temperatur sofort auf 175°C senken. 10 Minuten backen. Den Schwaden ablassen und 35 Minuten fertig backen. ■



Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Roggen, Weizen
Triebmittel:	Sauerteig, Hefe
Teigkonsistenz:	eher fest
Zeit gesamt:	14-16 Stunden
Zeit am Backtag:	4 Stunden
Backzeit:	45 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	230°C sofort
Schwaden:	beim Einschließen

Vorschussbrot Sauerteig

Seinen Namen erhielt das Brot, weil es früher vor dem Schwarzbrot in den Ofen eingeschossen wurde. Es stammt aus dem österreichischen Raum, traditionell wird es aus Weizen- und Roggen-Auszugsmehl hergestellt. Es handelt sich um ein sehr aromatisches helles Backwerk, obwohl es in der Hauptsache aus Roggenmehl besteht.

- 🕒 Die Zutaten auf langsamer Stufe 10 Minuten vermischen, anschließend auf schnellerer Stufe 1 Minute zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig abgedeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten gehen lassen.
- 🕒 Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und zu einem länglichen Laib formen. In ein bemehltes Gärkörbchen legen und zirka 60 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.
- 🕒 Den Backofen rechtzeitig auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- 🕒 Den Teigling aus dem Gärkörbchen stürzen, nach Belieben einschneiden und unter kräftigem Schwaden in den Ofen geben. Die Temperatur sofort auf 230°C reduzieren. 45 Minuten backen. 🍴

Tipp Bei Roggenmehl R500 und Weizenmehl W700 handelt es sich um Mehlsorten, die in Österreich üblich sind. Bei der Wahl der alternativen Mehlsorten muss die Wassermenge gegebenenfalls angepasst werden.

- ▶ 175 g Wasser (warm)
- ▶ 175 g Roggenmehl R500 (alternativ Roggenmehl 1150)
- ▶ 35 g Anstellgut

Die Zutaten gründlich miteinander vermischen und abgedeckt bei Raumtemperatur 10-12 Stunden reifen lassen.

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 160 g Wasser (kalt)
- ▶ 140 g Milch (kalt)
- ▶ 350 g Roggenmehl R500 (alternativ Roggenmehl 1150)
- ▶ 175 g Weizenmehl W700 (alternativ Weizenmehl 550)
- ▶ 35 g Schweineschmalz (weich, alternativ Butter)
- ▶ 15 g Salz
- ▶ 7 g Frischhefe

Rezept & Bilder: Samuel Kargl
 samskitchen.at



Zeitstrahl

21.00 Uhr
Sauerteig ansetzen

Nächster Tag
9.00 Uhr
Hauptteig ansetzen

11.20 Uhr
Brot formen

11.50 Uhr
Ofen vorheizen

12.20 Uhr
Backen

13.05 Uhr
Brot fertig

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆☆
 Getreide: Weizen, Roggen
 Triebmittel: Sauerteig
 Teigkonsistenz: bindig
 Zeit gesamt: 11-13 Stunden
 Zeit am Backtag: 5 Stunden
 Backzeit: 50-55 Minuten
 Starttemperatur: 230°C
 Backtemperatur: 200°C sofort
 Schwaden: beim Einschließen

Malzbierkruste

Wer mit Vergnügen Malzbier trinkt, liebt dieses Brot. Vor dem Backen wird der Teigling mit einer Streiche aus dem süßlich-herben Getränk behandelt. Das sorgt nicht nur für besondere Aromen, sondern auch für eine knackige Kruste. Das Brot passt perfekt zu kräftigem Käse oder einem anderem herzhaftem Belag.

Sauerteig

- ▶ 100 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 120 g Roggenmehl 1150
- ▶ 40 g Anstellgut

Die Zutaten gründlich miteinander vermischen und 6-8 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen.

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 180 g Malzbier (kalt)
- ▶ 200 g Wasser (kalt)
- ▶ 400 g Weizen-Ruchmehl (alternativ Weizenmehl 1050)
- ▶ 80 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 12 g Salz

Topping

- ▶ 75 g Malzbier (kalt)
- ▶ 45 g Roggenmehl 1150
- ▶ 2 g Frischhefe

● Die Zutaten für den Hauptteig auf langsamer Stufe 2 Minuten vermischen, anschließend 10 Minuten auf schnellerer Stufe verkneten. Den Teig zirka 3 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen. Jeweils nach 30, 90 und 120 Minuten einmal dehnen und falten.

● Den Teig auf eine gut bemehlte Arbeitsfläche geben und rundwirken. Mit Schluss nach oben in ein bemehltes Gärkorbchen legen und 60 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.

● Unterdessen das Topping vorbereiten. Dafür die Zutaten inklusive der Hefe klümpchenfrei verrühren und mindestens 45 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur stehen lassen.

● Rechtzeitig den Backofen auf 230°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Teigling aus dem Gärkorbchen stürzen und dick mit der Malzbierstreiche bepinseln.

● Den Teigling unter kräftigem Schwaden in den Ofen geben und die Temperatur sofort auf 200°C reduzieren. 50-55 Minuten backen. ■



Wer das Brot gerne sehr kräftig mag, steigt mit einer Backtemperatur von 250°C für 20 Minuten ein und reduziert dann auf 200°C für 30-35 Minuten. Dadurch färbt sich die Malzbierstreiche fast schwarz und erhält ein intensives sowie noch rustikaleres Aroma.

Rezept & Bild: David Ruppert

 @gamer.backt



Rustikale Joghurt-Weckle

Für eine zünftige Brotzeit auf der sommerlichen Alm eignen sich diese Brötchen hervorragend. Noch eine Scheibe Käse oder Wurst dazu – und schon kann es losgehen. Der Joghurt bringt eine leicht säuerliche Note in den Teig, die auch bestens mit Fruchtaufstrichen harmoniert. So sind die Joghurt-Weckle ausgesprochen vielseitige Begleiter.

- Die Trockenhefe im Wasser auflösen und zum Autolyseteig geben. Die Zutaten auf langsamer Stufe 4 Minuten, danach auf schnellerer Stufe 3 Minuten verkneten.
- Salz und Öl hinzugeben und den Teig weitere 2 Minuten auf schnellerer Stufe verkneten. Abgedeckt bei Raumtemperatur 8-12 Stunden zur Gare stellen.
- Den Teig auf eine leicht geölte Arbeitsplatte geben und 10 Portionen à zirka 80 g abstechen. Die Teiglinge rundschieben und 5 Minuten entspannen lassen.
- Die Teiglinge zur gewünschten Form wirken und mit Schluss nach unten in einem Backleinen (alternativ Geschirrhandtuch) 30 Minuten zur Stückgare stellen.
- Den Backofen auf 240°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Die Teiglinge umgekehrt auf ein Blech setzen, gegebenenfalls einschneiden und nur kurz entspannen lassen.
- Die Teiglinge unter kräftigem Schwaden in den vorgeheizten Ofen geben. Die Temperatur sofort auf 225°C reduzieren. 25 Minuten backen. ■

Rezept & Bild:
Gerda Göttling

Für Einsteiger
geeignet

Schwierigkeitsgrad:	☆☆☆
Getreide:	Weizen, Hartweizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	fest, bindig
Zeit gesamt:	10-14 Stunden
Zeit am Backtag:	10-14 Stunden
Backzeit:	25 Minuten
Starttemperatur:	240°C
Backtemperatur:	225°C sofort
Schwaden:	beim Einschließen

Autolyseteig

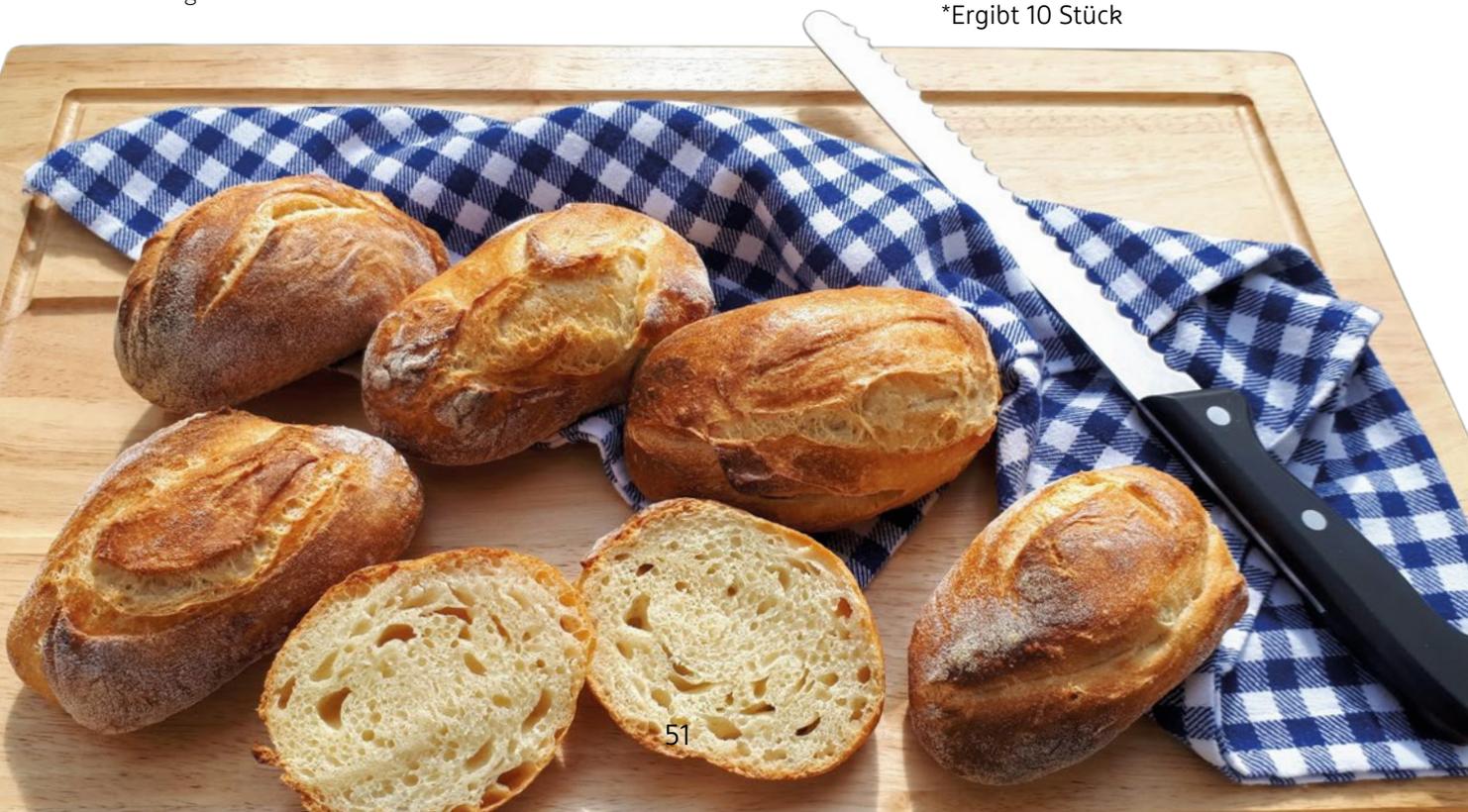
- ▶ 300 g Naturjoghurt (kalt, 3,8% Fett)
- ▶ 250 g Hartweizenmehl (alternativ Hartweizengrieß)
- ▶ 250 g Weizenmehl 550

Alle Zutaten gründlich miteinander vermischen und abgedeckt bei Raumtemperatur 30 Minuten quellen lassen.

Hauptteig*

- ▶ Autolyseteig
 - ▶ 50 g Wasser (kalt)
 - ▶ 2 g Trockenhefe
- Spätere Zugabe
- ▶ 10 g Salz
 - ▶ 10 g Olivenöl

*Ergibt 10 Stück





Tip

Wer es ein wenig schärfer mag, kann auch etwas frischen Ingwer in den Aufstrich geben.

Rezept & Bild:
Michelle Deschner

 @mimipustblume
 /mimipustblume

Zutaten

- ▶ 600 g Aprikosen (gewaschen, entsteint und zerkleinert)
- ▶ 300 g Äpfel (gewaschen, entkernt und zerkleinert)
- ▶ 300 g Gelierzucker (3:1)
- ▶ Saft einer 1/2 Zitrone
- ▶ 1 g Kurkuma (gemahlen)
- ▶ 1 Messerspitze Vanille (gemahlen, optional)

*Ergibt 4 Gläser à 250 ml

GELIERPROBE

Die Gelierprobe dient dazu, festzustellen, ob die zubereitete Fruchtmasse wie gewünscht fest wird, wenn sie in den Gläsern erkaltet. Dafür etwas von dem Aufstrich auf einen kleinen Teller geben und für 1-2 Minuten zum Abkühlen stellen. Die Masse sollte in dieser Zeit dicklich bis fest werden. Falls dies nicht der Fall ist, noch einmal ein paar Minuten unter Rühren weiter köcheln lassen und die Gelierprobe wiederholen.

Kurkuma-Power

Der Gelbwurzel, auch Kurkuma genannt, sagt man anregende und gleichzeitig entzündungshemmende Eigenschaften nach. Gepaart mit süßer Aprikose, bereitet dieser Aufstrich schon morgens auf dem Frühstückstisch gute Laune. Die Äpfel bringen eine leichte Säure hinein. Das fein-herbe Kurkuma-Gewürz bekommt mit Vanille einen angenehmen Gegenspieler.

- Alle Zutaten in einen Topf geben und miteinander vermengen.
- Die Masse aufkochen und mindestens 5 Minuten unter ständigem Rühren köcheln lassen. Anschließend pürieren.
- Eine Gelierprobe durchführen.
- 4 Einweckgläser in kochendem Wasser mit einem Schuss Essig 5 Minuten auskochen.
- Den fertigen Aufstrich in die Einweckgläser füllen und diese sofort fest verschließen. 🍷

Endlich wieder lieferbar



Bekömmlich,
lecker,
einfach

Raffinierte
Rezepte
von Herzhaft
bis Süß



Jetzt bestellen
www.brot-magazin.de/einkaufen
040/42 91 77-110, service@brot-magazin.de

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.

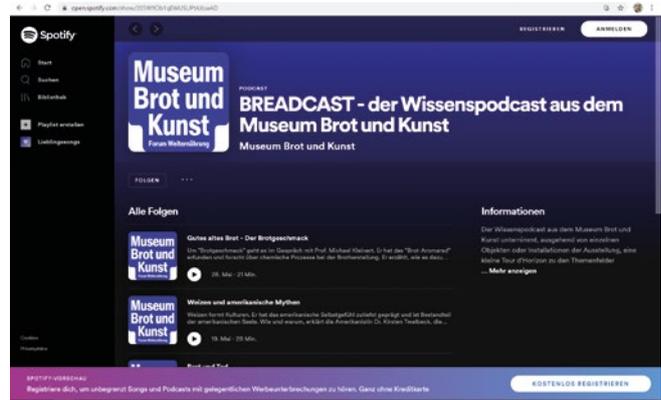


Je nach Saison bietet die Natur viele besondere Zutaten, die sich wunderbar in Brot verarbeiten lassen. Auf dieses Wissen greift Matthias Loidl in seinem Buch „Brot backen mit den Jahreszeiten“ zurück und präsentiert darin 80 Rezepte mit saisonalen Kräutern, Beeren, Nüssen, Blüten und Gemüse. Neben Brot finden sich auch Rezepte für Brötchen, Baguette und Co. in dem 224-seitigen Werk, zum Beispiel Wildkräuter-Brötchen oder Maronen-Brioche. Daneben gibt der Autor Tipps zum Sammeln und Verarbeiten der Zutaten, die sich im Garten und der freien Natur finden lassen.

Matthias Loidl
Brot backen mit den Jahreszeiten –
Über 80 Rezepte mit saisonalen
Zutaten aus Garten und Natur
224 Seiten
ISBN 978-3-8186-1166-8
€ 26,95

ulmer.de

Mit dem „Broadcast“ hat das Museum Brot und Kunst einen neuen Wissenspodcast gestartet. Mehrere Folgen sind bereits online abrufbar. Im Audioformat soll dabei auf unterhaltsame Weise Wissen rund um Brot und Getreide vermittelt werden. So plaudert beispielsweise in der Folge „Brotgeschmack“ Prof. Michael Kleinert, der Erfinder des „Brot-Aromarades“, über chemische Prozesse bei der Brotherstellung. In der Folge „Gutes altes Brot“ geht man der Frage nach, ob früher beim Brot wirklich alles besser war. Weitere Themen sind die Nachhaltigkeit in der Landwirtschaft, Gastfreundschaft und Brot sowie die Verarbeitung von Sauerteig. Der Broadcast kann über die Website des Museums oder gängige Podcast-Plattformen aufgerufen werden.



[museumbrotundkunst.de/audio-video](https://www.museumbrotundkunst.de/audio-video)



Im BROTForum, der Facebook-Gruppe rund ums BROT-Magazin, gibt es derzeit viele schön eingeschnittene Brote unter dem Hashtag #ScoringChallenge zu sehen. Inspiration für Scoring-Kreationen und -Muster bietet auch der Instagram-Account von Bakerzlab. Ob Gesichter, Blumenmuster oder geometrische Formen – hier sind Meisterinnen und Meister ihres Fachs am Werk. Wer sich neue Verzier-Ideen holen möchte, ist also genau richtig.

@bakerzlab



Hefeteig ist nicht nur für Hobbybäckerinnen und -bäcker eine wahre Freude, auch für die Kunst taugt die lebendige Masse offensichtlich. Das hat die Gestalterin Faye Toogood bewiesen, die sich vom Teig zu ihrer Geschirr-Serie „Dough“ anregen ließ. „Das weiche Volumen von aufgehendem Teig und von Hand geformtem Gebäck hat mich inspiriert. Diese Erfahrungen und Formen in sowohl funktionale als auch skulpturale Objekte zu übersetzen, war spannend“, sagt die Künstlerin, die bislang unter anderem Schuhe, Kleidung und Möbel entwarf. Im Umgang mit dem Werkstoff Ton bildete sie wulstige Ränder und Henkel für ihre Teller, Schalen und Tassen nach. Das Geschirr soll es in den Farben Weiß bis Dunkel-Anthrazit geben. Zu bestellen ist es bislang noch nicht, im Sommer wird es aber endlich soweit sein. Wer über den genauen Zeitpunkt informiert sein will, kann sich auf der Website der Künstlerin in ihren Newsletter eintragen.

Im BROTTalk plaudern

Edda Klepp und Sebastian Marquardt aus der BROTRedaktion abwechselnd mit Bernd Küt-

scher, Direktor des Deutschen Brotinstituts, sowie weiteren Gästen über die Zukunft der handwerklichen Bäckerei. Dabei gibt

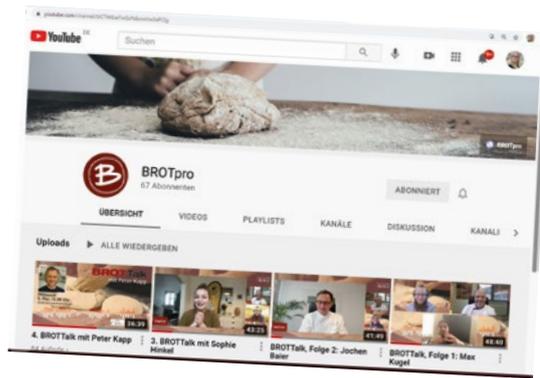
es nicht nur Wissenswertes für Profis und Betriebsinhaber sowie -inhaberinnen zu erfahren,

sondern auch für alle weiteren Bäckerei-Interessierten.

Weltbäcker Jochen Baier spricht in Folge 2 darüber, wie er nach der Übernahme seiner Bäckerei einen modernen Bio-Handwerksbetrieb aufbaute. Der Bäckerin Sophie Hinkel aus Düsseldorf steht die endgültige Übernahme eines Familienbetriebes noch bevor. Bereits jetzt

teilt die 24-Jährige ihre Ideen darüber, wie sie den Herausforderungen am Markt als Traditionsbetrieb begegnen will – mit Herzblut und bester Qualität der Backwaren. Der BROTTalk findet immer am ersten Mittwoch im Monat um 15 Uhr statt und wird über den YouTube-Kanal von BROTpro live gestreamt. Die bisherigen Talks sind nach wie vor als Video abrufbar.

bit.ly/3vam1iS



als Traditionsbetrieb begegnen will – mit Herzblut und bester Qualität der Backwaren. Der BROTTalk findet immer am ersten Mittwoch im Monat um 15 Uhr statt und wird über den YouTube-Kanal von BROTpro live gestreamt. Die bisherigen Talks sind nach wie vor als Video abrufbar.

um 15 Uhr statt und wird über den YouTube-Kanal von BROTpro live gestreamt. Die bisherigen Talks sind nach wie vor als Video abrufbar.

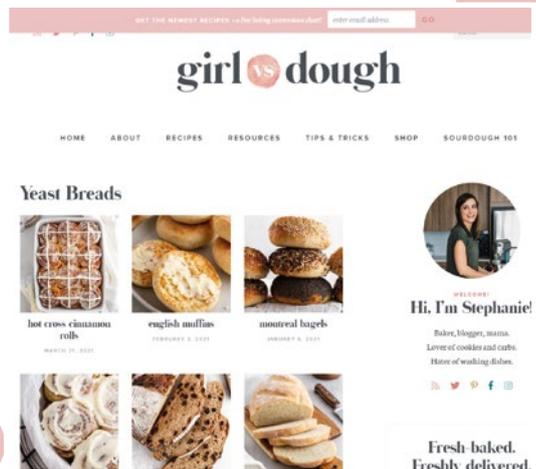
Die bisherigen Talks sind nach wie vor als Video abrufbar.

Die bisherigen Talks sind nach wie vor als Video abrufbar.

Die bisherigen Talks sind nach wie vor als Video abrufbar.

„Girl versus Dough“ – auf den ersten Blick mag der Name irritieren. Übersetzt bedeutet er „Mädchen gegen Teig“, als sei das ein großer Kampf. Wer dann aber einen Blick auf das englisch-sprachige Blog von Stephanie aus Minneapolis wirft, wird angenehm überrascht sein. Es ist voller kreativer Backideen und hat auch eine eigene Brot-Rezeptekategorie. Hier probiert sich die Bloggerin aus und liefert zu jedem Brot ansprechende Bilder sowie einen Erfahrungsbericht. Neben klassischen Sauerteig-Brotten finden sich hier ausgefallene Kreationen wie Käse-Babka mit Salbei oder finnischer Pulla-Hefezopf mit Zimt.

girlversusdough.com





Bilder von fluffigen Krumen, bei denen man die Kruste schon beim Ansehen krachen hört, finden sich auf dem Instagram-Profil von Leti Maex aus Amsterdam reichlich. Dazwischen mischen sich Fotos von Focacce, Knoblauch-Brötchen mit Sauerteig oder anderen Leckereien. Die größte Leidenschaft verspürt die Bäckerin aber offensichtlich für Brot, gerne mit Zutaten wie Oliven, Kräutern oder Safran. Nahezu jeder Laib ist eine Augenweide.

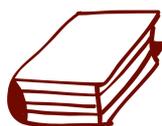
 @letimaex



 dorlingkinderstey.de



Der lebendige Austausch mit Gleichgesinnten steht im Mittelpunkt der Facebook-Gruppe **BROTForum**. Hier präsentieren Leserinnen und Leser des Magazins ihre Backergebnisse, helfen bei Fragen und tauschen ihre Erfahrungen mit **BROT**Rezepten aus. Mit 8.000 Mitgliedern ist die Gruppe DIE Austauschplattform für Brotback-Fans sowie begeisterte Hobbybäcker und -bäckerinnen. Beim **BROT**Geplauder erfahren sie im Live-Stream und hautnah von unseren Autorinnen und Autoren, worauf es bei den Rezepten ankommt. Neben Tipps und jeder Menge Informationen erhalten sie außerdem stets einen Vorab-Blick in die Inhalte des nächsten **BROT**Magazins und Exklusiv-Informationen aus der **BROT**-Redaktion.



 /groups/brotforum



Am 28. September 2021 erscheint die deutsch-sprachige Ausgabe von „Living Bread“ des New Yorker Brotbäckers Daniel Leader. Der Food-Fotograf Joerg Lehmann lieferte rund 300 hochwertige Farbfotos dazu. Anlässlich der Buchpremiere für die deutsche Ausgabe „Gutes Brot“ wird vom 23. bis 26. September eine Veranstaltungsreihe rund um traditionelles Brothandwerk in Münster stattfinden. Geplant sind in Anwesenheit beider Künstler Gesprächsrunden, Workshops, Verlosungen und mehr. Das vollständige Programm wird in Kürze bekannt gegeben.

Daniel Leader
Gutes Brot, Rezepte, Handwerk und Passion
 368 Seiten
 ISBN 978-3-8310-4251-7
 29,95 €

 karlinpatisserieblog.wordpress.com

Bunt geht es auf dem Patisserie-Blog von Kar Lin zu. Die ehemalige Luftfahrtmeteorologin aus Singapur backt für ihr Leben gern und beendete ihre erste Karriere, um aus einem versierten Hobby einen Beruf zu machen. Als Teeliebhaberin nutzt sie Tee mit großer Vorliebe auch als Backzutat. Entsprechend matcha-grün sind zahlreiche ihrer Kreationen. Ob Croissants, Kuchen oder Kar Lins Brote, wer kreative Impulse für eigene Rezepte sucht, wird auf ihrem Blog sicherlich fündig werden.



Vor dem Backen steht oft zunächst das Einkaufen an. Bei manchen Broten ist die Zutatenliste allerdings lang und führt gerne mal in mehrere Läden. Da ist man schon gestresst, bevor die ersten Zutaten überhaupt in die Schüssel wandern. Anders bei den Rezepten aus dem Buch „Simplissime – Das ein-

Jean-François Mallet
**Simplissime – Das einfachste
 Backbuch der Welt**
 96 Seiten
 ISBN 978-3-7459-0459-8
 € 10,-

 emf-verlag.de

fachste Backbuch der Welt“, das im EMF Verlag erschienen ist. Maximal sechs Zutaten benötigt man, um Klassiker wie Brioche und Baguette oder auch außergewöhnliche Kreationen wie ein Quinoabrot zu backen. Zudem gibt es Tipps, wie man in nur neun Schritten zum perfekten Brot gelangt. Leicht umzusetzen, wie es bereits der Titel verspricht.



Kartoffeln sind eine beliebte Zutat in Brot. Sie machen satt, sorgen für eine lange Frischhaltung und liefern zusätzliche Nährstoffe im Teig. Das dachte sich auch Bäckermeister Tim Bergheim aus Köln, der eine Kooperation mit dem Landesverband der Kartoffelkaufleute Rheinland-Westfalen (LV R-W) nutzte, Menschen das handwerkliche Brotbacken näherzubringen. Entstanden ist ein Rezept für ein Kartoffel-Brauhausbrot zum Selberbacken. Bier und Röstzwiebeln verleihen dem Sauerteigbrot zusätzliches Aroma, die Kartoffeln aus regionaler Herstellung sorgen für eine noch bessere Frischhaltung. Wer Interesse hat, die rustikale Backware nachzubacken, findet das Rezept auf der Website des LV R-W.

 die-kartoffel.de

Zutaten rein, Deckel drauf ... und los geht's. Der Thermomix ist ein Küchenhelfer für jede Gelegenheit. Auch als Back-Partner macht das Multifunktionsgerät eine gute Figur, wird im Handumdrehen zur Knetmaschine. Bestseller-Autorin Valesa Schell zeigt im neuen BROTSonderheft „**BROT** – Backen mit dem Thermomix“, wie so leckere Brote entstehen können. Neben Sauerteig, Lievito Madre, Hefewasser und Hefe setzt die passionierte Bäckerin dabei vor allem auf den Faktor Zeit. Denn die mehr als 40 Rezepte sind selbstverständlich ganz nach der **BROT**-Philosophie mit langen Gehzeiten für Bekömmlichkeit und volles Aroma konzipiert. Sie wurden mit viel Herzblut und Leidenschaft in der heimischen Küche entwickelt und getestet. In „**BROT** – Backen mit dem Thermomix“ vertrat die Redaktion zudem, was beim Einsatz der beliebten Küchenmaschine zu beachten ist, und gibt Tipps & Tricks aus der Backstuben-Praxis.



 brot-magazin/einkaufen



Grundkurs Brotbacken – Teil 6

Viva la fermentación

Es gibt auf dem Weg vom Mehl zum Brot keinen wirklich unwichtigen Schritt. Jeder trägt zum Gelingen bei. Der rätselhafteste ist sicher die Gare des Teiges, seine Fermentation. Denn während der Mensch von außen nur zusehen kann, tobt es unsichtbar in der Schüssel. Mikroorganismen arbeiten daran, aus dem Mix der Zutaten einen lockeren Gebäckteig zu machen. Wer versteht, was da genau vor sich geht, kann den Prozess gezielt beeinflussen.

Text & Bilder:
Sebastian Marquardt
 @brotmagazin
 /brotmagazin
 brot-magazin.de

Sind die Zutaten abgewogen und zusammengebracht, sorgt der Knetprozess dafür, dass sie sich gut miteinander verbinden. Ziel ist ein Teig, der die Gärgase gut halten kann, die für die Porung der Krume sorgen. Ein erfolgreicher Fenstertest zeugt – jedenfalls bei Teigen, die mehrheitlich Getreide der Weizenfamilie enthalten – von gut ausgeknetetem Teig. Damit ist der Rahmen geschaffen, in dem die Mikroorganismen ihre Arbeit verrichten können.

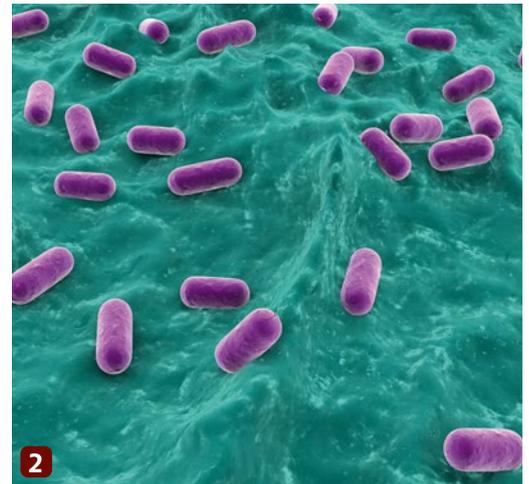
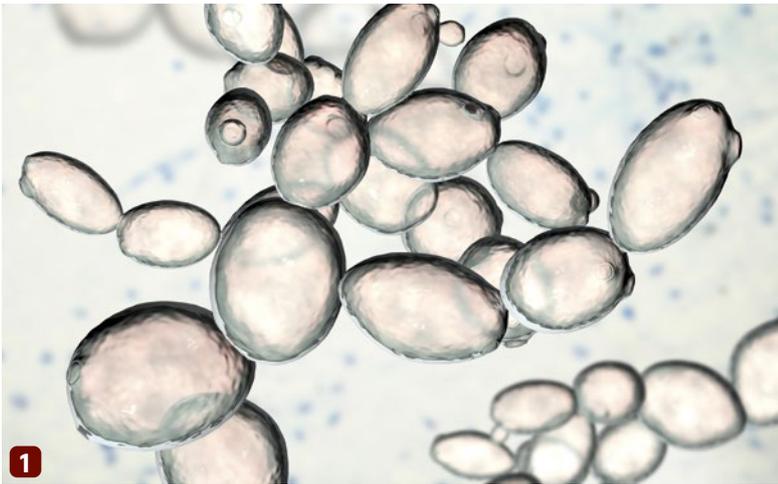
Hinterm Fenstertest geht's weiter

Auf das Kneten folgt die Stockgare. Diese Zeit verbringt der Teig in der Regel im Knetkessel oder einer Schüssel. Ein Rezept sollte angeben, wie lange er bei welcher Temperatur ruhen sollte. In dieser Phase findet die Fermentation des Teiges statt.

Dabei sorgen Mikroorganismen für die Lockerung des Teiges, indem sie Gärgase – vor allem Kohlendioxid – produzieren. Doch dem geht zunächst einiges voraus. Alles, was notwendig dafür ist, bringt das Mehl selbst mit.

In dem finden sich neben Stärke und Schalenanteilen auch Enzyme. Sie bauen Stärke zu Zuckerstoffen ab. Denn Stärke ist eine organische Verbindung aus Zuckermolekülen. Man kann sich das wie eine Kette vorstellen, bei der jedes Glied ein Einfachzucker ist. Enzyme teilen diese Kette zunächst in kleinere Ketten – Mehrfachzucker – und diese dann immer weiter, bis am Ende Zweifach- und Einfachzucker übrigbleiben.

Das ist die Nahrung für Hefen und gegebenenfalls Milchsäurebakterien. Hefepilze



Hefepilze (1) und Milchsäurebakterien (2) verwerten Zuckerstoffe und produzieren unter anderem die Gärgase

verwerten den Zucker zu Kohlendioxid und Alkohol. Das Kohlendioxid ist eben jenes Gärgas, das den Teig aufbläht. Der Alkohol ist Aroma-Geber. Die Geschmacksstoffe bleiben auch, nachdem der Alkohol bei Temperaturen über 80°C aus dem Brot verdunstet ist.

Die Laktobazillen teilen sich in drei Klassen. Die homofermentativen Milchsäurebakterien unter ihnen produzieren – wie ihr Name sagt – Milchsäure. Ihre heterofermentativen Geschwister sind da vielfältiger. Fakultativ heterofermentative Laktobazillen verwerten Einfachzucker zu Milchsäure sowie Essigsäure, obligat heterofermentative produzieren Milchsäure, Essigsäure und Kohlendioxid.

Die richtige Gare

All diese Prozesse werden erst durch die Hitze des Backens gestoppt. Sie müssen auch gestoppt werden. Denn wenn die Enzyme im Teig zu viel Stärke abbauen, freuen sich zwar die Mikroorganismen über immer mehr Nahrung. Aber damit geht dann eben auch die Stabilität des Teiggerüstes verloren. Ziel ist es also, den richtigen Zeitpunkt zu finden, zu dem die Mikroorganismen bereits ausreichend gearbeitet haben und der Abbauprozess noch nicht begonnen hat.

WEIZEN & CO.

Wenn von Weizenfamilie oder Weizen-ähnlichen Getreiden die Rede ist, schließt das all die Sorten ein, die eng mit dem klassischen Brot-Weizen verwandt sind, zum Beispiel Gelbweizen, Emmer, Einkorn, Hartweizen, Dinkel oder Kamut/Khorasan.

Ist dieser Abbauprozess noch am Anfang, spricht man von Übergare des Teiges. Mit der hat man weiterhin ein schmackhaftes Brot, das im Ofen nicht mehr stark aufgeht. Wartet man mit dem Backen allerdings zu lange, setzt sich der Abbau schnell fort, wird der Teig irgendwann breiig und nicht mehr backfähig. Er hat kein Gerüst mehr, das die Gärgase halten kann.

Andersrum sorgt auch die unzureichende Fermentation für ein schlechtes Backergebnis. Backt man den Teig zu früh, bleibt die Krume klitschig, manchmal wird sie sehr dicht, hat dann wiederum große Löcher und erinnert optisch an holländischen Käse.

Das Temperatur-Zeit-Kontinuum

Grundsätzlich wird die Geschwindigkeit der Fermentation von der Menge des Triebmittels bestimmt. Je mehr Hefe oder reifer Sauerteig zum Hauptteig kommen, desto mehr Mikroorganismen legen direkt mit der Arbeit los. Ihre Geschwindigkeit lässt sich jedoch mittels Temperatur beeinflussen.

Daher muss die Zeit für jede Etappe der Gare immer der Umgebungstemperatur angepasst werden. Spricht das Rezept von Raumtemperatur, sind in der Regel 20-22°C gemeint. Die Geschwindigkeit der



Der Fingertest lässt bei Weizenteigen erkennen, wann es Zeit zum Backen ist



Wie schnell und wie stark sich die Delle zurückbildet, gibt Auskunft über den Garzustand des Teiges



1-3) Roggenteige reißen während der Stückgare langsam auf. Die Risse zeigen, wann die Zeit für den Ofen gekommen ist

Fermentation verdoppelt beziehungsweise halbiert sich in etwa pro 5°C.

Soll ein Teig also bei Raumtemperatur 4 Stunden zur Gare gestellt werden, braucht er in der kühlen Winterküche bei 16°C ganze 8 Stunden, während er im heißen Sommer bei 26°C in der Küche bereits nach 2 Stunden reif zur Weiterverarbeitung ist. Diese Formel rettet gerade an heißen Sommertagen so manchen Teig.

Wer das Rezept eines Brotes auf eine lange Über-Nacht-Gare umstellen möchte, findet in der Formel ebenso ein hilfreiches Werkzeug. Soll der Teig eigentlich 3 Stunden bei Raumtemperatur gehen, werden im Kühlschrank bei etwa 5°C ungefähr 24 Stunden daraus, ohne die Menge des Triebmittels zu ändern.

Dehnen und Falten

Eine häufige Anweisung ist in Rezepten das „Dehnen und Falten“ während der Stockgare. Eine Wellness-Behandlung für Weizen- und weizenlastige Teige (das schließt die Getreide der Weizenfamilie mit ein). Dabei wird der Teig an den Seiten etwas nach oben gezogen, ohne ihn zu zerreißen, und zur Mitte hin eingeklappert. Diesen Vorgang wiederholt man rundherum mehrfach. Dabei ist zu spüren, wie der Teigling an Spannung gewinnt.

Zwei Dinge werden damit bezweckt. Zum einen die Straffung des Glutengerüsts, zum anderen ein Gasaustausch. Das während der Fermentation entstandene Kohlendioxid wird aus dem Teig gedrückt und gleichzeitig Sauerstoff eingearbeitet. Zwar ist die Fermentation im Brotteig eine anaerobe – die Mikroorganismen brauchen also für ihre Tätigkeit keinen Sauerstoff, dennoch regt die frische Luft die Tätigkeit und Fortpflanzung der Hefen an. Man bringt also etwas mehr Aktivität in den Prozess.

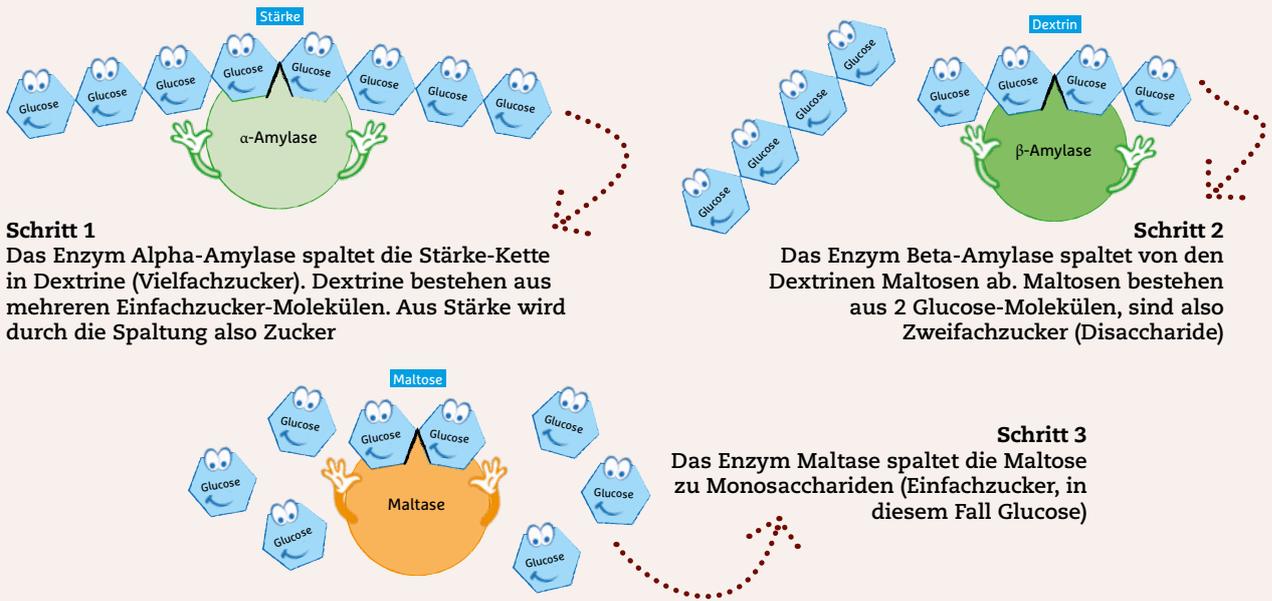
Das Stück nach dem Stock

Nach der Stockgare ist es Zeit, das Brot zu formen und den Teigling zur Stückgare in ein bemehltes Gärkörbchen zu legen. Dort verbringt er meist nur zwischen 30 und 90 Minuten, selten mehr.

Für das Ausstreuen des Gärkorbs eignen sich Roggen- oder glutenfreie Mehle sowie Stärke. Sie gehen nur langsam oder gleich gar keine

FERMENTATIONSPROZESS

Stärke ist ein Polysaccharid, eine lange Kette aus Einfachzuckern (Monosacchariden, in diesem Fall Glucose). Neben Stärke enthält Mehl auch Enzyme wie Amylasen oder Maltase, die aktiviert werden, wenn Wasser ins Spiel kommt. Sie bauen die Stärke ab und machen so die Fermentation des Teiges möglich.

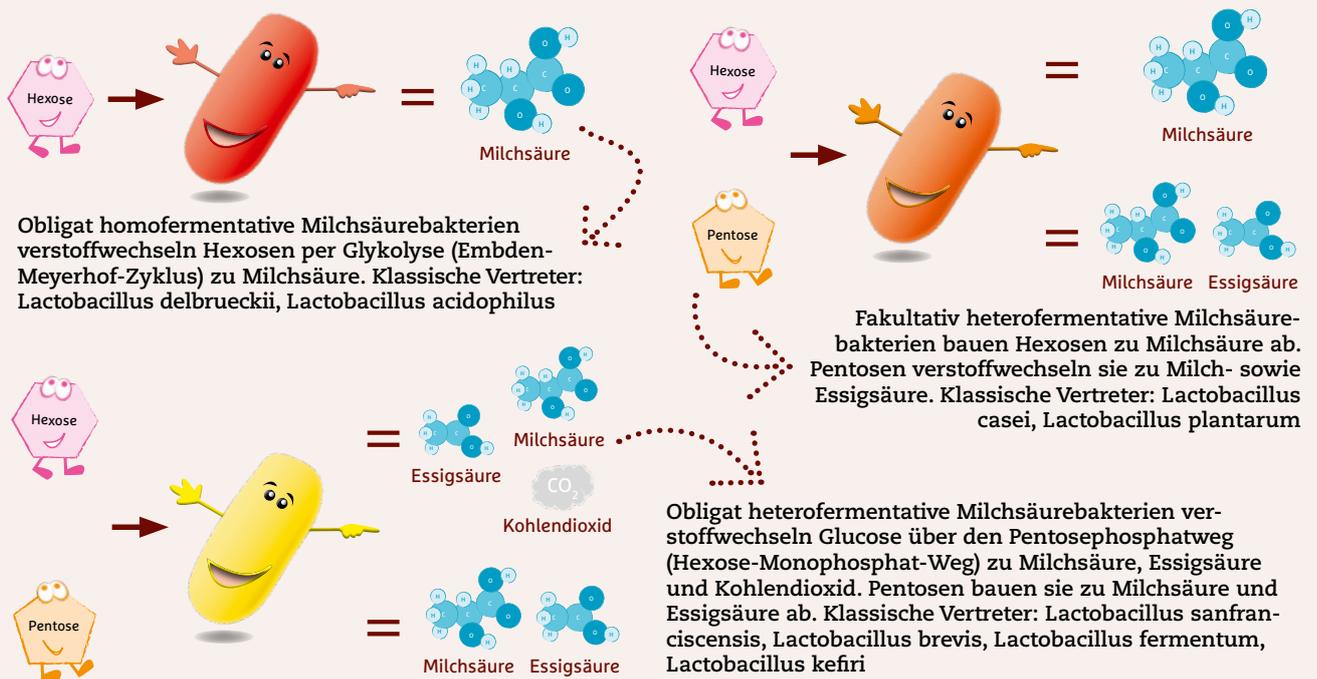


Hefen und Lactobazillen verstoffwechseln die Einfachzucker als Nahrung

Bei Abwesenheit von Sauerstoff verstoffwechseln Hefen die Glucose mithilfe des Enzyms Zymase in Kohlendioxid (CO₂) und Ethanol (Alkohol)



Hexosen und Pentosen sind Einfachzucker. Ihr Unterschied liegt in der molekularen Struktur. Hexosen bestehen aus 6 Kohlenstoff-Atomen, Pentosen aus 5 Kohlenstoff-Atomen. Glucose und Fructose sind Unterarten der Hexosen. Durch verschiedene Milchsäurebakterien werden Hexosen und Pentosen zu Milch- sowie Essigsäure und Kohlendioxid verstoffwechselt. Diesen Vorgang nennt man Fermentation. Unterschieden wird zwischen homo- und heterofermentativen Milchsäurebakterien. Das Präfix „homo-“ bedeutet, dass am Ende des Prozesses mit Milchsäure ein Stoff ausgeschieden wird, „Hetero-“ als Präfix drückt aus, dass es mehrere sind. Eine weitere Unterscheidung wird zwischen obligat und fakultativ vorgenommen. Obligat heißt, dass das Bakterium sich zwingend homo- oder heterofermentativ verhält. Im Gegensatz dazu bedeutet fakultativ, dass es sowohl homo- als auch heterofermentative Prozesse in Gang setzen kann.





Kommt der Teigling mit knapper Gare in den Ofen, entwickelt sich ein starker Ofentrieb



Bei voller Gare wächst der Teigling kaum noch beim Backen

Verbindung mit dem Teig ein und sorgen dafür, dass er auch bei langer Stückgare nicht am Körbchen kleben bleibt.

Der Finger als Sensor

Für das perfekte Backergebnis ist es entscheidend, in welchem Garzustand ein Gebäck in den Ofen kommt. Ist der Teig noch untergar, entwickelt er einen starken Ofentrieb, reißt womöglich zu sehr und unkontrolliert auf. Bei knapper Gare entwickelt er noch Ofentrieb und reißt auf, aber eher in Maßen. Bei voller Gare tut sich nicht mehr viel in Sachen Ofentrieb und bei Übergare sackt der Teig im Ofen sogar ein wenig ein. Das beeinträchtigt den Geschmack nicht, ist optisch aber nicht wünschenswert.

Ein gutes Beispiel für die gewünschte volle Gare ist Ciabatta. Es soll im Ofen noch ein wenig aufgehen, aber eben nicht mehr reißen. Klassische Schnittbrötchen sind Kandidaten für die knappe Gare. Sie sollen aufspringen und dabei auch optisch schön einreißen. Untergare ist nie empfehlenswert. Ebenso Übergare.

Bis heute gibt es übrigens keine wissenschaftliche Messmethode für die Erkennung der optimalen Gare. Nachdem die Forscherinnen und

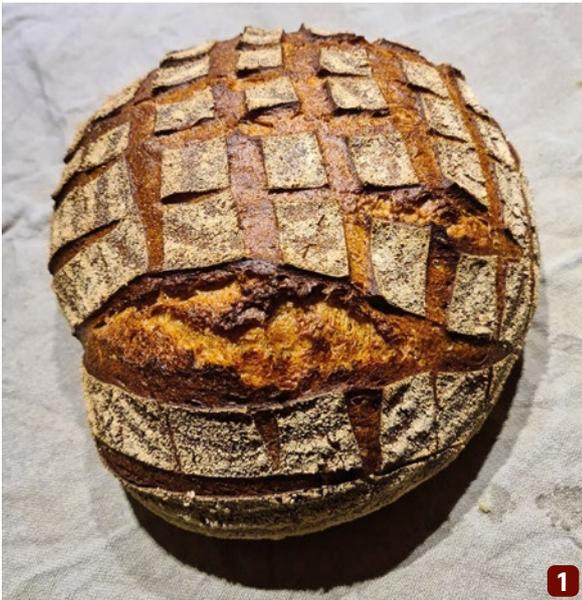
ÜBERREIFE BEI HEFETEIGEN

Überreife löst gern ein wenig Panik aus, insbesondere bei wenig erfahrenen Bäckerinnen und Bäckern. Dabei ist das Problem gar nicht so groß, wie angenommen. Jedenfalls bei Hefeteigen. Liegt Übergare vor, wird der Teig einmal kräftig entgast, also so zusammengedrückt, dass die Gärgase entweichen. Dann wirkt man den Teig in die gewünschte Brot-Form und lässt ihn wieder kurz aufgehen, bevor gebacken wird. Bis zu zehnmal haben die Expertinnen und Experten von Modernist Bread Teige auf diese Weise bearbeitet. Und selbst nach dem zehnten Mal kam ein ansehnliches Brot aus dem Ofen.

Forscher des Projektes „Modernist Bread“ auf der Suche nach einer solchen viel Geld investiert hatten, kamen sie zu dem Schluss, dass der Fingerdrucktest die effizienteste Methode ist, den Garzustand eines Weizenteiges zu ermitteln.

Dafür wird ein Finger beherzt etwa einen Zentimeter tief in den Teigling gepiekt. Dabei sollte man keineswegs zu sanft zur Sache gehen. Bildet sich die vom Finger verursachte Delle sofort sprunghaft zurück, ist der Teig noch untergar. Erst wenn sich die Delle langsamer zurückbildet, erreicht der Teigling die knappe Gare. Bildet sie sich langsam zurück, bleibt aber noch ein wenig sichtbar, ist es Zeit für den Backofen. Bildet sie sich gar nicht mehr zurück, ist der Zustand der Übergare erreicht.

Doch was heißt Übergare eigentlich? Während der Gare vergrößert sich die Größe der einzelnen Bläschen im Teig. Dadurch werden die Teigwände zwischen ihnen zunehmend dünner. Schreitet die Fermentation – und mit ihr die Bläschen-Größe – voran, platzt die Teigwand irgendwann und mehrere Bläschen vereinen sich zu großen Hohlräumen. Der Teig verliert so Stabilität. Deswegen kann sich der Teig beim Fingerdrucktest an der Stelle nicht mehr regenerieren.



1+2) Treffen Untergare und unzureichendes Einschneiden des Teiglings zusammen, sucht sich der Teig seinen Weg während des Ofentriebs

Risse und Löcher

Sobald Roggen ins Spiel kommt, hilft der Finger nicht mehr weiter. Aufgrund des schlechter ausgebildeten oder gar nicht vorhandenen Glutengerüsts mangelt es dem Teig an Stabilität und Widerstandskraft. Bei Mischbroten zählen Gefühl und Erfahrung. Bei reinen Roggen- oder stark roggenlastigen Broten gibt es dann optische Indikatoren.

Handelt es sich um ein frei geschobenes Brot, zeugen Risse an der Teigoberfläche vom Fortschreiten des Garzustandes. Sind Sie etwa 5 mm breit, ist der ideale Zeitpunkt zum Backen erreicht. Anders bei breiigen Teigen, die in der Form gebacken werden. Hier entstehen mit der Zeit Löcher an der Oberfläche, sie erinnern an eine Mondlandschaft. Zeigt sich die gesamte Oberfläche löchrig, ist es höchste Zeit zum Backen.

Geduld, Gefühl, Erfahrung

Dem Teig ausreichend Zeit für die Fermentation zu geben, ist ein entscheidender Schlüssel zum perfekten Backergebnis. Dabei liegt die Kunst darin, genau jenen Zeitpunkt abzapfen, zu dem die Gare soweit fortgeschritten ist, dass die Krume locker wird, aber eben noch nicht so weit, dass der Teig bereits wieder an Stabilität verliert.

Dank Indikatoren wie dem Fingerdrucktest oder der Oberfläche bei Roggenteigen kann man die Lage ganz gut abschätzen. Mit zunehmender Erfahrung entwickelt man über die Zeit ein Gefühl für den Teig.

Insbesondere dann, wenn man bestimmte Rezepte immer wieder backt. Das ist – gerade in der Anfangszeit – ohnehin zu empfehlen. Denn es schult das Verständnis für den Teig. 🍞

Anzeigen

HÄUSSLER

Bausätze für das eigene Backhaus



Mit den Bausätzen von Häussler bauen Sie Ihr eigenes Backhaus im Garten – individuell nach Ihren Wünschen und Anforderungen. Sie erhalten von uns den „heißen Kern“ mit perfekt aufeinander abgestimmten Elementen. So genießen Sie die überragende Backqualität aus dem Holzbackofen. Ein Stück Lebensqualität!

Kostenlos Katalog anfordern:
www.backdorf.de
 88499 Heiligkreuztal · Tel. 0 73 71 / 93 77-0

MANZ®

DEUTSCHE ■ BACKOFEN ■ MANUFAKTUR

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



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

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

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	mittelfest, leicht klebrig
Zeit gesamt:	17-18 Stunden
Zeit am Backtag:	5-6 Stunden
Backzeit:	30-35 Minuten
Starttemperatur:	210°C
Backtemperatur:	190°C sofort
Schwaden:	nein

Beerenzopf

Der leckere Beerenzopf schmeckt am besten mit nur etwas Butter oder auch pur. Als Schüttflüssigkeit kommt ausschließlich Buttermilch mit Beerengeschmack zum Einsatz. Das bringt zusätzlich zu den getrockneten Früchten ein fruchtiges Aroma in den Teig. Abgerundet wird der Geschmack durch einen Hauch Vanille und Mandelblättchen.

Quellstück

- ▶ 100 g Wasser (warm)
- ▶ 120 g Beerenmischung (getrocknet, nach Wahl)

Die Beerenmischung in einer Schüssel mit Wasser übergießen und abgedeckt bei Raumtemperatur 12 Stunden quellen lassen.

Vorteig

- ▶ 100 g Buttermilch (kalt, mit Beerengeschmack)
- ▶ 100 g Weizenmehl 550
- ▶ 0,5 g Frischhefe

Die Zutaten gründlich miteinander vermischen und abgedeckt bei Raumtemperatur 12 Stunden gehen lassen.

Hauptteig

- ▶ Vorteig
 - ▶ 120 g Buttermilch (kalt, mit Beerengeschmack)
 - ▶ 400 g Weizenmehl 550
 - ▶ 60 g Joghurt (mit Beerengeschmack)
 - ▶ 60 g Zucker
 - ▶ 6 g Salz
 - ▶ 5 g Frischhefe
 - ▶ 4 g Vanillezucker
- Spätere Zugabe
- ▶ Quellstück
 - ▶ 60 g Butter (kalt, in Stückchen)

Topping

- ▶ 1 Ei (Größe M)
- ▶ 30 g Mandelblättchen

☉ Alle Zutaten – außer Butter und Quellstück – auf langsamer Stufe 3 Minuten vermischen, dann auf schnellerer Stufe 3 Minuten verkneten.

☉ Die kalte Butter dazugeben und den Teig weitere 4 Minuten auf schnellerer Stufe verkneten.

☉ Das überschüssige Wasser vom Beeren-Quellstück abgießen und die Beeren trocken tupfen. Auf langsamer Stufe kurz untermischen. Den Teig abgedeckt bei Raumtemperatur 3 Stunden gehen lassen. Nach 60 Minuten einmal dehnen und falten.

☉ Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und in 5 gleich große Teile à zirka 220 g teilen.

☉ Die einzelnen Portionen jeweils zu einem dünnen Strang von etwa 35 cm Länge formen und daraus einen flachen 5-Strang-Zopf flechten. Abgedeckt bei Raumtemperatur 60 Minuten gehen lassen.

☉ Rechtzeitig den Backofen auf 210°C Ober-/Unterhitze vorheizen und für das Topping das Ei in einer Schüssel verquirlen, den Teigling damit bestreichen.

☉ Den Teigling erneut mit Ei bestreichen und mit Mandelblättchen bestreuen, dann direkt in den vorgeheizten Ofen geben. Die Temperatur sofort auf 190°C senken. 30-35 Minuten goldgelb backen. ■

Tipp

0,1 g Frischhefe entspricht der Größe eines Reiskorns. Als Beerenmix können beliebige Früchte verwendet werden, zum Beispiel 60 g getrocknete Erdbeeren und 60 g getrocknete Himbeeren.

Rezept & Bilder: Nadja Alessi

 @little_kitchen_and_more



Jetzt bestellen



Wenn die Temperaturen steigen und die Tage länger werden, führt kein Weg mehr an ihm vorbei: dem charakteristischen Duft von frisch Gegrilltem. Doch die Stars der Outdoor-Küche wären nichts ohne ihre Begleiter. Knuspriges Kräuterbaguette macht ein zartes Steak erst vollkommen. Ein krosses Vollkornbrötchen in Verbindung mit buttrigem Hähnchenfleisch sorgt für eine regelrechte Geschmacksexplosion. Und ein Stück Feta auf Gemüsebett mit Olivenöl harmoniert wunderbar mit einem dampfenden Fladenbrot. **BROT zum Grillen** bietet mehr als 40 Rezepte für aromatische wie bekömmliche Grill-Begleiter. Dabei gibt es nicht nur Gebäck, das zum Grillen schmeckt, sondern auch solches, das direkt auf dem Grill zubereitet werden kann. Abgerundet durch würzige Dips, knackige Salate und kreative glutenfreie Rezepte die perfekte Lektüre – nicht nur für den Sommer.

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

Brot Laden

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. 🍴

19,95 EURO

4er-Set groß



5er-Set

15,95 EURO

17,95 EURO

Avocado



11,95 EURO



6er-Set klein

CASO GourmetVAC 280 vollautomatisches Vakuumsystem zum Vakuumieren von Lebensmitteln

Funktionales flaches Design für sehr ruhiges Arbeiten. Ideal für Fisch, Fleisch, Gemüse, Obst und Brot. Regulierbare, stufenlose Vakuumstärke ideal für empfindliche Lebensmittel. Per Stoptaste kann der Vakuumvorgang jederzeit beendet werden. Inklusive Behälterfunktion für die Nutzung mit CASO-Vakuumbehältern. Im Lieferumfang sind 10 Folienbeutel 20x30 cm enthalten. 🍴



159,99 EURO

„Vakuumier-Boxen VacBoxx EcoSet“

Stapelbares Vakuumbehälter-Set aus Glas mit Kunststoffdeckel für eine platzsparende Aufbewahrung. Für eine längere Haltbarkeit von Lebensmitteln mit Hilfe eines Vakuumiergerätes. Besonders geeignet für druckempfindliche und flüssige Lebensmittel. Perfekt für den Transport und das Servieren von Speisen. Die Glasbehälter und Deckel sind spülmaschinen-, gefrier- und mikrowellengeeignet. Die Materialien sind frei von BPA. 🍴



39,99 EURO



Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110



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



18,50 EURO



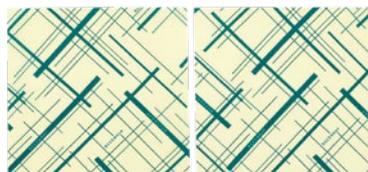
14,- EURO

Bee's Wrap Sandwich
33 x 33 cm



23,- EURO

Bee's Wrap 3er-Pack
Meadow Magic VEGAN



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 Teigware 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

18,50 EURO



24,- EURO

Bee's Wrap 3er-Set groß
33 x 35 cm



Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110





BROTLeinen

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

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: 60 x 150 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 Brotleinen nachlässt, während die Preise steigen. Ihr Ziel war es, dem beste Qualität zu einem angemessenen Preis entgegenzusetzen.

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

BROTKorb

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

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



BROTLeinen – Grün

Diese umweltfreundliche und sehr stabile Alternative zum herkömmlichen Brotleinen besteht zu 100 Prozent aus recycelten Leinen (Global Recycled Standard-Zertifizierung). Das Material (380g/qm) ist sehr robust, widerstandsfähig. Die Maße: 60 x 150 Zentimeter. ■

Real Bread Lamps

Die einzigartigen Lampen der japanischen Künstlerin Yukiko Morita sind genau das, wonach sie aussehen: echte Brote. Die Modelle Baguette, Toast und Croissant geben ein helles, warmes, aber kein grelles Licht. Während Toast (170 x 170 x 80 Zentimeter, 220 Gramm) und Croissant (130 x 80 x 80 Zentimetern, 130 Gramm) batteriebetrieben sind, wird das Baguette (600 x 70 x 90 Zentimeter, 570 Gramm) kabelgebunden mit Strom versorgt. Dank eines Montagehakens kann es nicht nur liegend, sondern auch hängend verwendet werden. ■



239,- EURO

Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110

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

Top-Mühlen namhafter Hersteller



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. ■

599,- EURO



Mockmill Professional 200

279,- EURO



Mockmill 200

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“. ■

Standard
27,90 x 30,50 cm

24,95 EURO



Lang
27,90 x 43,20 cm

28,95 EURO



Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110





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-Gestell** verdoppelt die Kapazität für den Brod &

Taylor Gärautomaten Ideal für das Gären von zwei Backblechen oder vier Brotkästen. Backbleche sollten 36,2 cm x 30,5 cm oder kleiner sein. Brotkästen sollte etwa 8 cm hoch sein, sodass die maximale Höhe des gegärten Brotteiges 10 cm ist.

Zusätzliches Gärblech für den Brod & Taylor Gärautomaten. 🍞



Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110





42,- EURO

BROMesser, Hamburger

Anders als die meisten Brotmesser hat dieses keinen Wellenschliff. Die Form hat ihren Ursprung im Alten Land. Es wurde vor allem genutzt, um das Brot direkt in der Hand – vor allem vor der Brust – zu schneiden. Daher die für eine Brotmesser relativ kurze 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. Aufgrund ihres reicheren Kohlenstoffgehaltes (bei uns über 0,8%) können sie höher gehärtet und damit dünner und schärfer geschliffen werden. Zudem sind sie langlebiger. ■

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

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

BROMesser, Ellenlang

Mit einer Klingenslänge von 26 Zentimetern ist dieses wunderschöne BROMesser zum Schneiden von großen Landbrot 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 blaugepließt. 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. ■



79,- EURO



19,95 EURO

Dauerback- und Grillmatte

Hochwertige Dauerback- und Grillmatte für Temperaturen bis 300 Grad. Die Matten sind 100% lebensmittelecht und mit einem Gewicht von 80 g und einer Dicke von 0,3 mm sehr robust und langlebig. Die dichten, ineinandergreifenden Fasern gewährleisten eine langfristige Nutzung. Perfekt geeignet als Backpapier-Ersatz. Auch für den Grill sind diese Matten optimal. Die Matten werden in einem 3er-Set geliefert. ■

- für Temperaturen bis 300 Grad
- Maße 50x40 cm
- Antihafbeschichtung
- Hochwertiges Material aus teflonbeschichtetem Silikon
- 100% lebensmittelecht
- Lieferumfang: 3 Matten

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 von -50°C bis 320°C, großes, digitales Display, das sich automatisch mitdreht. ■



99,- EURO



Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110



Vorteig

- ▶ 95 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 95 g Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 0,1 g Frischhefe

Alle Zutaten gründlich miteinander vermischen und abgedeckt bei Raumtemperatur 6-10 Stunden reifen lassen.

Quellstück

- ▶ 170 g Wasser (kalt)
- ▶ 30 g Leinsaat (braun)
- ▶ 30 g Haferflocken (grob)
- ▶ 20 g Sonnenblumenkerne
- ▶ 20 g Chiasamen
- ▶ 12 g Salz

Saaten und Salz in eine Schüssel geben, vermischen und dann mit Wasser übergießen. Abgedeckt bei Raumtemperatur 4-10 Stunden quellen lassen.

Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ Quellstück
- ▶ 210 g Wasser (kalt)
- ▶ 385 g Weizenmehl 1050
- ▶ 125 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 20 g Sonnenblumenöl (alternativ anderes Öl)
- ▶ 20 g Zuckerrübensirup (alternativ Honig)
- ▶ 8 g Frischhefe
- ▶ 6 g Apfelessig (alternativ Balsamico)

Topping

- ▶ 20 g Sonnenblumenkerne
- ▶ 20 g Leinsaat (braun, geschrotet)
- ▶ 20 g Haferflocken (fein)

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen, Roggen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	bindig
Zeit gesamt:	10-14 Stunden
Zeit am Backtag:	4 Stunden
Backzeit:	45-50 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	190°C nach 10 Minuten
Schwaden:	beim Einschießen, nach 10 Minuten ablassen



Rezept & Bild:
Sebastian Krist

@brotartig
 brotartig.de

Saatenstück

Viele verschiedene Saaten machen das Brot zu einem nicht nur leckeren, sondern auch gesunden Weizenmischbrot – mit einem Vollkornanteil von 35 Prozent. Das Roggenvollkornmehl im Vorteig sorgt für eine krosse Kruste. Verfeinert wird sie mit Sonnenblumenkernen, geschroteten Leinsamen und Haferflocken. Ein Muss für alle Körner-Fans.

- ☉ Alle Zutaten auf langsamer Stufe 8 Minuten vermischen, dann weitere 5 Minuten auf schnellerer Stufe verkneten. Abgedeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten gehen lassen.
- ☉ Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und länglich aufarbeiten.
- ☉ Den Teigling mit Wasser besprühen oder bepinseln und anschließend in der Saatenmischung aus Sonnenblumenkernen, Leinsaat und Haferflocken wälzen. Mit dem Schluss nach unten in ein längliches Gärkorbchen geben und bei Raumtemperatur 45 Minuten gehen lassen.
- ☉ Rechtzeitig den Backofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- ☉ Den Teigling aus dem Gärkorbchen stürzen, länglich einschneiden und unter kräftigem Schwaden in den Ofen geben. 10 Minuten backen. Den Schwaden ablassen und die Temperatur auf 190°C reduzieren. 35-40 Minuten fertig backen. ■

Tipp

0,1g Frischhefe entspricht der Größe eines Reiskorns. Wer es abwechslungsreich mag und gerne noch mehr Aromen ins Brot bringen möchte, kann die 385 g Weizenmehl 1050 durch 180 g Weizenmehl 1050, 145 g Weizenmehl 550 und 60 g Dinkelmehl 1050 ersetzen.

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 & Styling: Stevan Paul
Fotografie: Andrea Thode

Paprikaschoten „Demis“



Spinatknödel mit Parmesan und Salbeibutter



Schwarzwälder aus dem Glas





Paprikaschoten „Demis“

Aus übrigem Fladenbrot und Fetakäse gelingt eine würzige Füllung für rote Paprikaschoten aus dem Ofen. Dazu gibt es eine erfrischend kühle Gurken-Joghurt-Creme – eine aromatisch-frische Hommage ans Mittelmeer.

- Die Paprika halbieren, entkernen, waschen und rundherum salzen.
- Zwiebeln und Knoblauch pellen, fein würfeln und mit der Milch erwärmen.
- Brot fein würfeln, die Milch darüber gießen und locker durchmischen.
- Den Ofen auf 200°C vorheizen. Ajvar und Eier in eine Schüssel geben und glatrühren. Locker unter das Brot mischen.
- Feta würfeln, Petersilie fein schneiden und beides unterheben.
- Die Paprikaschoten mit der Masse füllen, auf ein Blech mit Backpapier legen und in den Ofen schieben. 30 Minuten backen.
- Währenddessen die Gurke grob raspeln und salzen.
- Dill und Minze fein schneiden und unter den Joghurt rühren.
- Den Joghurt mit einem Spritzer Zitronensaft und Salz würzen.
- Gurkenraspel trocken ausdrücken und unterrühren.
- Den Gurken-Joghurt mit Oliven und Peperoni zu den Paprika servieren. ■

Zutaten (für 4 Portionen)

Für die Paprika

- ▶ 4-6 Paprikaschoten (klein, rot)
- ▶ 250 g Fladenbrot
- ▶ 150 g Fetakäse
- ▶ 150 ml Milch
- ▶ 1 Zwiebel
- ▶ 1 Knoblauchzehe
- ▶ 2 Eier (Größe M)
- ▶ 1 EL Ajvar (mild)
- ▶ Einige Zweige glatte Petersilie
- ▶ Salz

Für den Gurkenjoghurt

- ▶ 200 g griechischer Joghurt
- ▶ 1 Salatgurke (Bio)
- ▶ Einige Zweige Dill
- ▶ 3-4 Blätter Minze
- ▶ Zitronensaft

Als Beilage

- ▶ Oliven
- ▶ Peperoni (eingelegt, mild)

Zubereitungszeit



25 Minuten

(plus 30 Minuten Garzeit im Ofen)

Spinatknödel mit Parmesan und Salbeibutter

Wolkenzarte Spinat-Brotknödel in appetitlichem Grün sind eine Attraktion für sich. Da braucht es nicht viel mehr: etwas Butter, ein bisschen Salbei, Parmesan und geröstete Pinienkerne – fertig ist der italienische Abend.

Zutaten (für 16 Knödel)

Für die Knödel

- ▶ 500 g Spinat
- ▶ 350 g Altbrot in Scheiben
- ▶ 150 ml Milch
- ▶ 2 Eier (M)
- ▶ 100 g Parmesan (frisch gerieben)
- ▶ 25 g Pinienkerne
- ▶ 1 Zwiebel
- ▶ 1 Knoblauchzehe
- ▶ 7 EL Olivenöl
- ▶ Schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- ▶ Eine Handvoll Salbeiblätter
- ▶ 1 EL Butter
- ▶ Salz

🕒 Spinat putzen, gründlich waschen und in Salzwasser 2 Minuten kochen. Abgießen, in kaltem Wasser abkühlen, dann trocken ausdrücken.

🕒 Das Brot fein würfeln. Zwiebel und Knoblauch pellen, fein schneiden und in 2 EL Öl glasig dünsten. Die Milch zugeben und erwärmen, dann über die Brotwürfel gießen und locker durchmischen.

🕒 Den Spinat grob schneiden und mit Eiern sowie 20 g Parmesan unter das Brot mischen. Die Knödelmasse leicht anketen, mit Salz und Pfeffer würzen und 30 Minuten ruhen lassen.

🕒 Gesalzenes Wasser in einem großen Topf aufkochen. Aus dem Teig 16 Knödel formen und ins Wasser gleiten lassen. Hitze etwas zurückschalten und die Knödel im siedenden Wasser 15 Minuten garen.

🕒 Inzwischen die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten, leicht salzen und auf einen Teller geben.

🕒 5 EL Öl in die Pfanne geben, erhitzen und die Salbeiblätter darin portionsweise sekundenschnell braten. Mit einer Schaumkelle auf ein Küchenpapier geben, leicht salzen.

🕒 Die Pfanne vom Herd ziehen, die Butter einrühren, leicht salzen.

🕒 Die Klöße mit der Schaumkelle aus dem Kochwasser heben. Kurz abtropfen lassen, dann auf gewärmten Tellern anrichten. Mit der Butter beschöpfen, mit Pinienkernen, Salbeiblättern und übrigem Parmesan toppen. Leicht pfeffern und servieren. 🍴



Zubereitungszeit



25 Minuten

(plus 30 Minuten Ruhezeit für den Knödelteig)





Schwarzwälder aus dem Glas

Die ganze Aromenwelt einer Schwarzwälder Kirschtorte als Löffeldessert im Glas – das lässt sich super vorbereiten, zum Beispiel wenn Gäste kommen. Die übriggebliebenen Milchbrötchen finden so auch Verwendung.



- 100 ml Wasser mit Kirschkonfitüre, dem Abrieb und Saft der halben Zitrone und einer Prise Zimt in einem Topf aufkochen. Die Tiefkühl-Kirschen zugeben und unter Rühren aufkochen lassen.
- Kirschwasser mit Speisestärke glattrühren und unter die kochenden Kirschen rühren. Die eingedickten Kirschen in einer Schüssel rasch abkühlen lassen.
- Schmand mit 4 EL Honig und einer winzigen Prise Salz glattrühren.
- Sahne cremig steif schlagen und unterheben.
- Brioche fein würfeln.
- Haselnüsse in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Butter und 4 EL Honig zugeben, aufwallen lassen, Kakaopulver und eine Prise Zimt mit dem Schneebesen einrühren. Vom Herd ziehen, rasch die Briochewürfel untermengen und auf einem Teller abkühlen lassen.
- Briochewürfel mit Creme und Kirschen in Gläser schichten. Mit Schokoraspeln bestreuen und optional mit frischen Kirschen dekoriert servieren. 🍰

Zutaten (für 4 Portionen)

- ▶ 500 g Kirschen (tiefgekühlt)
- ▶ 100 g Kirschkonfitüre
- ▶ 1/2 Zitrone (Bio)
- ▶ Zimt
- ▶ 4 cl Kirschwasser
- ▶ 1/2 TL Speisestärke
- ▶ 250 g Schmand
- ▶ 8 EL Honig
- ▶ Salz
- ▶ 150 ml Schlagsahne
- ▶ 150 g Milchbrötchen (alternativ Zopfbrot oder Brioche)
- ▶ 2 EL Haselnussblättchen
- ▶ 50 g Butter
- ▶ 1 EL Kakaopulver (ungesüßt)
- ▶ 4 TL Schokoraspel (zartbitter)
- ▶ Kirschen (frisch, optional)

Zubereitungszeit



25 Minuten



In der Mischung liegt die Kraft

Rezept-Adaption

Wer aufgrund einer Glutenunverträglichkeit oder -sensitivität plötzlich auf die Lieblingsbackwaren verzichten muss, ist schnell frustriert. Dabei gibt es Tricks und Kniffe, deren Geschmack und Beschaffenheit in glutenfreien Rezepten zu imitieren. Glutenhaltige Rezepte können dabei als Vorlage durchaus hilfreich sein.

Die Erinnerungen an die süße Campingwecke oder das mild säuerlich schmeckende Heidebrot von der Heimatbäckerei sind fern, aber zugleich sehr präsent. Der Geschmack liegt förmlich noch auf der Zunge. In Zeiten zu schwelgen, in denen der Genuss glutenhaltiger Lebensmittel problemlos möglich war, stimmt Menschen mit einer Glutenunverträglichkeit wehmütig. Gleichzeitig spornt es an, sich damit auseinanderzusetzen, wie ähnliche Backwaren auch glutenfrei gelingen können.

Brot ist ein Grundnahrungsmittel und im deutschsprachigen Raum äußerst präsent. Dabei gewinnen glutenfreie Varianten zunehmend an Bedeutung. Selbst klassische Bäckereien haben diesen Markt für sich entdeckt, andere spezialisieren sich sogar auf glutenfreie Brote und Brötchen. In den meisten Fällen sind sie allerdings nicht fußläufig zu erreichen. Gleichzeitig erfüllt ohnehin nicht jeder Betrieb den Anspruch, den man an ein gutes Brot hat.

Eigenschaften von gutem Brot

Da liegt der Gedanke nahe, eigene Brot- sowie Brötchen-Rezepte zu kreieren und ganz einfach in der heimischen Küche zu backen. Vorhandene Rezepte aus Blogs und Fachzeitschriften zu verwenden,

ist eine Möglichkeit. Eine andere ist es, sich selbst mit der Rezeptentwicklung zu beschäftigen. Das hat den Vorteil, dass eigene Vorlieben ganz einfach in das jeweilige Rezept eingebaut werden können – sobald man verstanden hat, wie glutenfreie Rezepte funktionieren.

Im ersten Schritt ist es wichtig, sich vor Augen zu führen, welche Eigenschaften gutes Brot mitbringt. Auf die kommt es auch in der glutenfreien Backstube an. Nur der Weg zu diesen Eigenschaften ist etwas anders als in der klassischen Bäckerei. In erster Linie sollte Brot satt machen, gut schmecken und bekömmlich sein, dazu noch möglichst wenige Zutaten enthalten und idealerweise mit einer saftigen Krume und einer krossen Kruste aufwarten.

Bekömmlich wird es vor allem durch lange Gezeiten. Während der Gare werden schwer

verdauliche Stoffe umgewandelt und das Brot somit besser verträglich. Das gilt für glutenhaltige und glutenfreie Rezepte gleichermaßen.

Eigenschaften von Gluten

Eine der schwierigsten Herausforderungen im glutenfreien Backen ist die Beschaffenheit der Krume. In Mehl sorgt das Gluten für gute Backeigenschaften. Dabei handelt es sich um ein Stoffgemisch aus Proteinen, das Bestandteil verschiedener Getreide ist, allen voran Weizen, Dinkel und Roggen.

Sowohl die Porung als auch das Volumen werden durch Gluten beeinflusst. Treffen Wasser und Mehl aufeinander, setzt das einen Prozess in Gang, bei dem sich ein Gluten-Gerüst im Teig bildet. Das macht ihn elastisch und verleiht ihm außerdem Stabilität. Aus diesem Grund wird Gluten auch Klebereiweiß genannt. Während der Gare entsteht Kohlendioxid (CO_2), das innerhalb des Gerüsts im Teig gespeichert wird und später die Porung bildet. Auf diese Weise erhalten Teige ihr Volumen.

Darüber hinaus kann Gluten zusätzliches Wasser binden. Je höher also der Glutengehalt im Mehl, desto höher kann unter Umständen auch die Teigausbeute und die zugeführte Flüssigkeitsmenge ausfallen. Und desto saftiger wird – bei langer Gare – schließlich auch das Endprodukt.

Glutenfreie Mehle bringen all die aufgezählten Eigenschaften nicht oder nicht in gleicher Weise mit. Daher kann das Mehl in einem glutenhaltigen Rezept nicht einfach eins zu eins durch eine glutenfreie Variante ersetzt werden. Stattdessen haben verschiedene Zutaten jeweils bestimmte Eigenschaften, sodass sie die verschiedenen Funktionen des Glutens übernehmen können.

Glutenhaltiges Mehl ersetzen

Mehle bilden auch bei glutenfreien Rezepten die Basis fürs Brot. In Geschmack, Farbe, Nährstoffgehalt und Wasseraufnahme unterscheiden sie sich stark. Daher ist es bei der Rezeptentwicklung wichtig, sich mit den glutenfreien Mehlen auseinanderzusetzen und ihre Charakteristika kennenzulernen. Das Geheimnis guter glutenfreier Brote liegt



Der Duft aus der klassischen Bäckerei lässt bei vielen Menschen mit Glutenunverträglichkeit und -sensitivität Sehnsüchte aufkommen

in der Mischung verschiedener Mehle, die sich in ihren Eigenschaften ergänzen. Da allen Klebereiweiß fehlt, mangelt es ihnen an Stabilität und Dehnbarkeit, um Gärgase im Teig zu halten. Zugemischt werden zum Ausgleich dafür Bindemittel wie Johannisbrotkernmehl, Guarkernmehl, Xanthan oder gemahlene Flohsamenschalen.

Brot ist ein Grundnahrungsmittel, sowohl in der glutenhaltigen als auch der glutenfreien Ernährung



Text & Bilder:
Daniela Kanka
@zottenglueck_



Für die Entwicklung
glutenfreier Rezepte
können glutenhaltige
als Vorlage dienen

Insbesondere gemahlene Flohsamenschalen weisen insofern Gluten-ähnliche Eigenschaften auf, als dass sie ebenfalls Wasser binden, allerdings ein Vielfaches in der Menge. So sorgen sie in glutenfreien Teigen für eine saftige, lockere Krume. In Kombination mit Johannisbrotkernmehl, Guarkernmehl oder Xanthan erhalten glutenfreie Mehlmischungen die notwendige Elastizität, um formbare Teige und formstabile Backergebnisse zu erzielen. Sie haben eine verdickende und stabilisierende Funktion. Verschiedene Stärkemehle wie Tapiokastärke, Kartoffelstärke oder Maisstärke sorgen außerdem für ein lockeres, leichtes Backergebnis.

Ausgewogen planen

Als Faustformel empfiehlt sich ein Mix aus zirka 500 g Mehl, 3 bis 15 g Bindemittel sowie etwa 10 bis 15 g Flohsamenschalen. Bei einer ausgewogenen glutenfreien Mehlmischung liegt die Teigausbeute in der Regel zwischen 175 und 200, in den meisten Fällen bewegt sie sich sogar nur zwischen 180 und 190. Sie kann also relativ viel Wasser binden.



Eine feine, saftige Krume ist auch in
der glutenfreien Bäckerei machbar

Generell schlucken glutenfreie Mehlsorten mehr Flüssigkeit als glutenhaltige. Das trifft zum Beispiel auf Leinsamen-, Chia- und Teffmehl zu. Wie bei glutenhaltigem Mehl haben Vollkornmehle eine höhere Wasseraufnahme als Auszugsmehle. Im Verhältnis etwas weniger Flüssigkeit bindet beispielsweise Reismehl.

Auf zwei Teile Mehl rechnet man üblicherweise etwa einen Teil Stärke. Glutenhaltige Rezepte funktionieren in der Regel auch ohne Stärke. In diesem Fall geraten die Backwaren reichhaltiger. Sie werden deutlich schwerer und weniger locker. Dafür sind Sättigung und Nährstoffgehalt besser.

Salz, das beim Backen nicht nur geschmacklich, sondern auch backtechnologisch eine wichtige Funktion erfüllt, ist auch in den meisten glutenfreien Brot-Rezepten enthalten. Hier rechnet man etwas 7 bis 10 g auf 500 g Mehl.

Mehlmischungen herstellen

Bei glutenfreien Mehlmischungen, wie man sie im Handel findet, werden diese Vorüberlegungen in der Regel berücksichtigt. Als Backanfänger oder Backanfängerin kann es hilfreich sein, sich daran zu orientieren. Mit etwas Vorwissen lassen sich später problemlos eigene Mehlmischungen zusammenstellen.



Mit dem nötigen Know-how lässt sich eine krachende Kruste erzielen



Zum Beispiel eignen sich für süßes Gebäck Kombinationen aus hellen, feingemahlten Mehlen. Neutrale und helle Backwaren lassen sich gut durch eine Kombination aus hellen Mehlen wie Hirse-, Sorghum-, helles Teff-, Maniok- oder Reismehl und einem Stärkemehl wie der Tapiokastärke herstellen.

Mehlmischung Gebäck

(zirka 500 g Gesamt-Mehlmenge)

- ▶ 240 g Reismehl
- ▶ 85 g Goldhirsemehl
- ▶ 85 g Maismehl
- ▶ 75 g Tapiokastärke
- ▶ 15 g Flohsamenschalen (gemahlen)
- ▶ 3 g Johannisbrotkernmehl

Mehlmischung helle Backwaren

(zirka 500 g Gesamt-Mehlmenge)

- ▶ 250 g Reismehl
- ▶ 125 g Goldhirsemehl
- ▶ 50 g Teffmehl (hell)
- ▶ 75 g Tapiokastärke
- ▶ 15 g Flohsamenschalen (gemahlen)
- ▶ 3 g Johannisbrotkernmehl

Mischbrote und dunkle Backwaren sollten mit einer anderen Zusammen-

setzung gebacken werden als helle Backwaren oder Kleingebäck. Am besten gelingen sie mit einer Mischung aus aromatischen, herzhaften Mehlen und nur einem Teil heller Mehle. Zu den dunkleren Mehlen zählen beispielsweise Buchweizen-, Traubenkern-, Quinoa- oder dunkles Teffmehl.

Mehlmischung dunkle Backwaren

(zirka 500 g Gesamt-Mehlmenge)

- ▶ 125 g Buchweizenmehl
- ▶ 100 g Reismehl
- ▶ 50 g Goldhirsemehl
- ▶ 75 g Tapiokastärke
- ▶ 15 g Traubenkernmehl
- ▶ 15 g Flohsamenschalen (gemahlen)
- ▶ 3 g Johannisbrotkernmehl

Mit etwas Erfahrung kennt man die Eigenschaften verschiedener Mehle und kann sie dann je nach Bedarf passend miteinander kombinieren.

Die Sache mit der Porung

Um glutenfreien Teigen Volumen zu verleihen, kommen Backpulver oder klassische Backhefe zum Einsatz. In vielen glutenfreien Rezepten wird auf einen hohen Hefeanteil und kurze

Glutenfreie Mehle bringen unterschiedliche Eigenschaften mit und können als Mischung die Funktion von Gluten ersetzen

Anzeige

HÄUSSLER

Pizzabacken mit dem Pelletgrill



Der Häussler Pelletgrill ist nicht nur ein normaler Grill: Mit dem Pizzastein lässt sich damit auch bestens Pizza backen – direkt auf dem heißen Stein über der Pellet-Flamme. Die Pizzen sind in wenigen Minuten fertig und der Hit auf jeder Gartenparty. Anschließend genießen Sie das Gerät als tolles Stimmungslicht.

Kostenlos Katalog anfordern:
www.backdorf.de
 88499 Heiligkreuztal · Tel. 07371/9377-0



Hilfsstoffe wie Xanthan bringen Stabilität in den Teig

Gehzeiten gesetzt. Dadurch büßen die Backwaren allerdings stark an Aroma und Bekömmlichkeit ein.

Stattdessen bietet es sich daher an, mit wenig Hefe und einer längeren Gehzeit zu arbeiten. Ebenso eignen sich alternative Triebmittel wie Hefewasser oder Sauerteig, zum Beispiel aus Buchweizenmehl. Auch hier gilt: Besser als hohe Mengen und kurze Gehzeiten sind eine geringe Menge Anstellgut und eine längere Gare. So kommen gleichzeitig Aroma und Bekömmlichkeit ins Brot.

Der Weg zum eigenen Rezept

Doch wie schließt sich nun der Kreis von der Sehnsucht nach dem gutem Geschmack und dem angenehmen Mundgefühl glutenhaltiger Backwaren auf der einen und der Rezeptentwicklung von glutenfreien Alternativen auf der anderen Seite? Je nach Backerfahrung oder Produkt werden glutenfreie Rezepte mit den gewünschten Eigenschaften aus dem Stegreif entwickelt oder mit Hilfe einer Recherche erarbeitet.



Dunkle Brote werden mit dunklen Mehlsorten gebacken, zum Beispiel Buchweizen-, Traubenkern-, Quinoa- oder dunklem Teffmehl



In hellen Gebäcken kommen unter anderem Hirse-, Sorghum-, helles Teff-, Maniok- oder Reismehl zum Einsatz

Wer zum Beispiel eine bestimmte Brotsorte kreieren will und eine genaue Vorstellung hat, kann sich über Suchbegriffe zunächst Anregungen zu bestehenden Rezepten im Internet suchen. In den vielen Fällen wird man dann allerdings glutenhaltige Rezepte finden, auch wenn das Angebot an glutenfreien Rezepten wächst.

Glutenhaltige Rezepte werden aber durchaus als Orientierung genutzt, um ein glutenfreies Vorgehen davon abzuleiten. Zwar unterscheiden sich am Ende die einzelnen Zutaten, aber insbesondere die Vorgehensweise zur Teigzubereitung, Ruhe- und Garzeiten oder auch speziellen Techniken sowie die jeweiligen Mengen können für das glutenfreie Backen adaptiert werden.

Das glutenhaltige Mehl wird dann einfach gegen die glutenfreie Mischung ersetzt. Der Weizen- oder Roggensauerteig weicht einem selbst gezüchteten Sauerteig aus Buchweizenmehl und so weiter. Dann heißt es Ausprobieren und Erfahrungen sammeln.

Jedes Mehl ist anders

Grundsätzlich gilt nämlich auch beim glutenfreien Backen: Rezepte und Zusammensetzungen dienen nur der Orientierung. Jedes Mehl und jede Charge reagiert beispielsweise anders auf hinzugefügte Flüssigkeiten. Entsprechend kann die benötigte Flüssigkeitsmenge dann abweichen. Gehzeiten passen sich aufgrund der Raumtemperatur oder anderer Parameter an. Mit der Zeit bekommt man ein Gefühl dafür, was gut funktioniert und was nicht.



Wer ein glutenhaltiges Rezept umwandeln will, kann sich bei bestimmten Arbeitsschritten an der Vorlage orientieren

Sind die passenden Zutaten für den Umbau des glutenhaltigen Rezeptes vorbereitet, geht es also an das Ausprobieren. Im ersten Schritt empfiehlt es sich, recht nah an der Vorlage zu bleiben und den einzelnen Zubereitungsschritten wie Teigruhe, Gehzeiten sowie Backtemperatur zu folgen. Ein Blick auf erprobte glutenfreie Rezepte kann helfen zu erfahren, in welchem Verhältnis in der Regel die Flüssigkeitsmenge zum Mehlanteil steht.

Ergebnisse dokumentieren

Selbstverständlich kann auch direkt nach Gefühl gebacken werden. Sofern bereits Backerfahrungen bestehen, werden die vorhandenen Kenntnisse dann einfach mit eingebracht. Wichtig ist, alle Schritte von Beginn an genau schriftlich zu dokumentieren. Welche Zutaten wurden in welcher Menge verwendet? Wie lange waren die Gehzeiten? Wie wurde gebacken und bei welcher Temperatur? Und natürlich: Wie gelungen ist das Endprodukt? Passt die Konsistenz? Wie ist der Geschmack?

Aus diesen Erkenntnissen werden dann Anpassungen am Rezept abgeleitet. Je nach Rezept kann es sich als sinnvoll erweisen, zeitgleich mehrere Teige anzusetzen, um die Ergebnisse kleiner Abweichungen vergleichen

zu können. Die Teige unterscheiden sich dann beispielsweise in der zugeführten Wassermenge. Ist das Brot gelungen und entspricht es dem gewünschten Ergebnis, sollte es zur Sicherheit noch einige weitere Male gebacken werden, um das Rezept zu prüfen und Sicherheit in der Herstellung zu erlangen.

Kreativität ist gefragt

Sicher scheint es für viele auf den ersten Blick erstmal schwierig, sich als Neuling auf die glutenfreie Bäckerei umzustellen. Der erwartete Geschmack, den man von glutenhaltigen Broten und Brötchen gewöhnt ist, stellt sich nicht mehr in derselben Weise ein. Jedes glutenfreie Mehl hat einen eigenen Charakter, genauso wie sich beispielsweise Roggen und Weizen ja auch unterscheiden.

Mit der Zeit wird es aber mehr und mehr gelingen, beim glutenfreien Backen eine ganz eigene Handschrift zu entwickeln und die Vielseitigkeit glutenfreier Mehle schätzen zu lernen. So erschließt sich über die Kreation eigener Rezepte eine ganz neue Welt des Brotbackens, die wandlungsfähiger ist als viele meinen. 🍞



Sauerteig kann auch als glutenfreie Variante hergestellt werden, zum Beispiel aus Buchweizenmehl

Teig-Zutaten*

- ▶ 125 g Reismehl Vollkorn
- ▶ 75 g Hirsemehl
- ▶ 25 g Buchweizenmehl
- ▶ 15 g Flohsamenschalen (gemahlen)
- ▶ 10 g Leinsamen (gemahlen)
- ▶ 1 g Salz

Spätere Zugabe

- ▶ 250 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 25 g Olivenöl
- ▶ 5 g Frischhefe
- ▶ 5 g Zucker

*Ergibt 20 Stück

Rezept & Bild: Nadine Metz

 @glutenfreibackennadine

 /glutenfreibackennadine

 glutenfrei backen mit Nadine

Tipp

Damit die Grissini nicht zu dunkel werden, sollte man beim Backen immer ein Auge auf die Gebäcke haben. Um mehr Abwechslung hinein zu bringen, können die Teiglinge noch vor dem Backen mit Öl bepinselt und mit Körnern oder Käse bestreut werden.

Grissini

Ob zum Heimkinoabend auf dem Sofa oder mit einem Glas Wein auf der Terrasse – die fingerdicken Brotstangen zum Knuspern sollten bei beidem nicht fehlen. Dabei können Grissini einfach so oder mit einem Dip verfeinert gegessen werden. Ergänzt zum Beispiel durch eine Auswahl an Gemügesticks oder Käsehäppchen sind sie eine abwechslungsreiche Knabberkost.

- Die trockenen Zutaten miteinander vermischen.
- Hefe und Zucker im Wasser auflösen und dann zusammen mit dem Öl zu den trockenen Zutaten geben. Alle Zutaten auf langsamer Stufe 8 Minuten verkneten.
- Den Teig von außen mit Öl benetzen und abgedeckt bei Raumtemperatur 60 Minuten gehen lassen.
- Rechtzeitig den Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einem etwa 0,5 cm dicken Rechteck von 20 x 25 cm ausrollen und in 20 zirka 1 cm breite Streifen schneiden.
- Die länglichen Teiglinge hin und her rollen, um sie an den Schnittflächen in der typischen Grissini-Form abzurunden. Auf ein Backblech legen und kurz entspannen lassen.
- Die Teiglinge in den vorgeheizten Ofen geben und 15-20 Minuten backen. ■

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	glutenfrei
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	klebrig
Zeit gesamt:	2 Stunden
Zeit am Backtag:	2 Stunden
Backzeit:	15-20 Minuten
Starttemperatur:	200°C
Backtemperatur:	200°C
Schwaden:	nein

Hefeansatz

- ▶ 200 g Wasser (kalt)
- ▶ 10 g Agavendicksaft (alternativ anderes Süßungsmittel)
- ▶ 3 g Trockenhefe

Alle Zutaten gründlich vermischen und 15 Minuten ruhen lassen.

Hauptteig

- ▶ Hefeansatz
- ▶ 250 g Wasser (kalt)
- ▶ 200 g Buchweizenmehl
- ▶ 150 g Kartoffelmehl
- ▶ 80 g Braunhirsemehl
- ▶ 60 g Sonnenblumenkerne
- ▶ 30 g Buchweizenflocken
- ▶ 10 g Traubenkernmehl (alternativ Backkakao)
- ▶ 10 g Flohsamenschalen (gemahlen)
- ▶ 10 g Apfelessig
- ▶ 8 g Salz

Topping

- ▶ 30 g Sonnenblumenkerne
- ▶ etwas Wasser

Rezept & Bild: Stephanie Reineke

 @mein_glutenfreier_backofen

 /meinglutenfreierbackofen

 meinglutenfreierbackofen.blog

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	glutenfrei
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	zunächst sehr weich, später kompakt
Zeit gesamt:	8,5-9 Stunden
Zeit am Backtag:	8,5-9 Stunden
Backzeit:	45-55 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	200°C nach 15 Minuten
Schwaden:	nein

Dunkles Sonnenblumenbrot

Ein dunkles und kräftiges Backwerk mit einer überraschend weichen Krume ist das Sonnenblumenbrot. Die Kerne sorgen für zusätzlichen Biss. Nach der Ruhezeit ist der Teig so kompakt, dass das Brot ohne Form gebacken werden kann. Dann steht einer herzhaften Brotzeit nichts mehr im Wege.

- Alle trockenen Zutaten mischen und auf den Hefeansatz geben.
- Wasser und Essig hinzugeben und alle Zutaten mit dem Handmixer etwa 5 Minuten auf höchster Stufe verkneten. Abgedeckt bei Raumtemperatur zirka 7 Stunden gehen lassen.
- Rechtzeitig den Backofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und zu einem länglichen Laib formen.
- Den Teigling einschneiden, anfeuchten und mit Sonnenblumenkernen bestreuen.
- In den gut vorgeheizten Ofen geben und 15 Minuten backen. Die Temperatur auf 200°C senken und weitere 30-40 Minuten backen. 



Zeitstraster

7.00 Uhr
Hefeansatz zubereiten

07.15 Uhr
Hauptteig ansetzen

14.15 Uhr
Teig formen
Backofen vorheizen

14.45 Uhr
Backen

15.30 Uhr
Brot fertig

Laugenstern

Mit diesem vielfältigen Laugenstern aus verschiedenen dekorierten Brötchen stiehlt man auf dem nächsten Grillfest anderen Gästen garantiert die Show – und wird sicher herzlich willkommen geheißen. Die saftigen Brötchen mit ihrer aromatischen, laugengebräunten Außenhaut sind perfekte Begleiter zum Barbecue – egal ob mit Fleisch oder vegetarisch. Die Saaten und Körner sorgen nicht nur optisch, sondern auch geschmacklich für Abwechslung.

- Alle Zutaten 4 Minuten auf langsamer Stufe vermischen, dann 10 Minuten quellen lassen und anschließend für 4 Minuten auf schnellerer Stufe verkneten.
- Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und in 9 Portionen à zirka 85 g teilen.
- 5 der Teiglinge rundwirken, die 4 anderen zu länglichen Teigsträngen von etwa 40 cm Länge formen und in sich verzwirbeln. Auf einem bemehlten Backleinen (alternativ Geschirrhandtuch) 30 Minuten unabgedeckt bei Raumtemperatur reifen lassen. Danach für 30 Minuten ohne Abdeckung in den Kühlschrank stellen, damit die Teiglinge verhärten.
- Rechtzeitig den Backofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen und die Lauge nach Herstellervorgaben zubereiten.
- Die Teiglinge direkt aus dem Kühlschrank in die Lauge tauchen und wie im Bild in Form eines Sterns auf ein Backblech legen.
- Die runden Brötchen einschneiden und alles mit den Saaten bestreuen.



- Den Teiglingsstern in den Ofen geben und die Temperatur sofort auf 230°C reduzieren. 15 Minuten backen. 🍴

Tipp

Für einen schöneren Glanz unmittelbar nach dem Backen kräftig mit Wasser besprühen. Für ein Extra an Geschmack können 3 g Kümmel zum Teig gemischt werden, die zuvor in Wasser eingeweicht worden sind.

Rezept & Bild: Alexandra Wojna

@glutenfreiessen.at

/glutenfreiessen

glutenfreiessen.at



Zeitstrahl

22.00 Uhr

Vorteig ansetzen

Nächster Tag

8.00 Uhr

Quellstück ansetzen

9.00 Uhr

Hauptteig ansetzen

10.00 Uhr

Ofen vorheizen

10.30 Uhr

Laugen & Backen

11.00 Uhr

Laugenstern fertig



Vorteig

- ▶ 100 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 50 g Hafermehl
- ▶ 30 g Reismehl (hell)
- ▶ 1 g Frischhefe

Alle Zutaten gründlich miteinander vermischen und 8-12 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur reifen lassen.

Tipp

1 g Frischhefe entspricht etwa der Größe einer Kichererbse.

Quellstück

- ▶ 100 g Wasser (kalt)
- ▶ 10 g Flohsamenschalen (gemahlen)
- ▶ 8 g Salz

Alle Zutaten klümpchenfrei vermischen und 60-120 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur quellen lassen.

Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ Quellstück
- ▶ 150 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 120 g Reismehl (hell)
- ▶ 80 g Hafermehl
- ▶ 50 g Maisstärke
- ▶ 50 g Kartoffelstärke
- ▶ 12 g Frischhefe
- ▶ 10 g Butter (kalt)
- ▶ 10 g Anstellgut (optional)
- ▶ 10 g Honig
- ▶ 9 g Xanthan
- ▶ 9 g Goldleinsaat (geschrotet)
- ▶ 3 g Flohsamenschalen (gemahlen)

Zum Belaugen

- ▶ Brezellaug

Topping

- ▶ 20 g Mohn
- ▶ 20 g Sonnenblumenkerne
- ▶ 20 g Kürbiskerne
- ▶ 10 g Sesam

*Ergibt 9 Stück

HINWEIS

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

Sauerteig

- ▶ 50 g Wasser (warm)
- ▶ 50 g Anstellgut
- ▶ 25 g Teffmehl
- ▶ 25 g Reismehl Vollkorn

Alle Zutaten gründlich miteinander vermischen. Abgedeckt bei Raumtemperatur 4-6 Stunden gehen lassen.

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 280 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 300 g Mehlmischung hell
- ▶ 50 g Tapiokastärke
- ▶ 50 g Sesam (geröstet)
- ▶ 10 g Agavendicksaft
- ▶ 5 g Salz

Sesamkasten

Nicht nur seinen Namen verdankt dieses Brot dem gerösteten Sesam, auch seinen besonderen Charakter. Gebacken wird es in einer Kastenform. Dank des Sauerteigs gewinnt es zusätzlich an Aroma und bleibt länger frisch. Getoastet entfaltet das Brot einen noch vollmundigeren Geschmack. Ein Alltagsbrot, das zu verschiedenen sowohl herzhaften als auch süßen Belägen passt.

- Alle Zutaten 2 Minuten auf langsamer Stufe vermischen, dann weitere 3 Minuten auf schnellerer Stufe verkneten.
- Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, langwirken und mit Schluss nach oben in eine gefettete Kastenform (zirka 23 x 10 cm) geben. Abgedeckt bei Raumtemperatur zirka 4 Stunden gehen lassen.
- Rechtzeitig den Ofen auf 220°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Den Teig unter kräftigem Schwaden in den gut vorgeheizten Ofen geben und 15 Minuten backen. Den Schwaden ablassen und weitere 45 Minuten backen. ▣



Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	glutenfrei
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	weich, bindig
Zeit gesamt:	9-11 Stunden
Zeit am Backtag:	9-11 Stunden
Backzeit:	60 Minuten
Starttemperatur:	220°C
Backtemperatur:	220°C
Schwaden:	beim Einschließen, nach 15 Minuten ablassen

Rezept & Bild:
Daniela Kanka
@zottenglueck_

Tipp

Einen Vorschlag für eine helle glutenfreie Mehlmischung findet sich in diesem Heft auf Seite 83.

Verzeichnis für **Mühlen** und **Bäckereien** Bitte melden

Liebhaberinnen und Liebhaber von Brot freuen sich immer über Empfehlungen guter Bäckereien. Für sie gibt es ein Verzeichnis. Das lebt vor allem vom Mitmachen.

Wenn sich Brot-Liebhaberinnen und -Liebhaber gegenseitig gute Betriebe empfehlen, dann ist das wertvoll. Sie wissen schließlich, wo man exzellentes Aroma und freundliche Bedienung findet.

Dafür gibt es die BROT Karte des guten Geschmacks. Hier können Nutzerinnen und Nutzer empfehlenswerte Bäckereien sowie Mühlen registrieren. Die Redaktion des Magazins BROT prüft die Einträge und schaltet sie binnen weniger Tage frei. Dabei ist die Karte nicht auf den deutschsprachigen Raum beschränkt. Schließlich findet man auch in Tokio oder auf Mallorca gute Backwaren.

Wer mag, versieht den Eintrag noch mit persönlichen Eindrücken. Diese geben anderen Nutzerinnen und Nutzern dann Orientierung. Auf diese Weise lässt sich auf Reisen schnell eine Bäckerei finden, die die Sehnsucht nach gutem Brot stillt, wenn man gerade nicht selbst backen kann.

Und da das viele Liebhaber/innen tun, zeigt die Karte auch eine Auswahl von Mühlen,

die von anderen Nutzerinnen und Nutzern für gut befunden werden. Die Symbole der Karte geben dabei einen schnellen Überblick darüber, ob es sich um konventionelle oder reine Bio-Betriebe handelt.

Je mehr Menschen das tun, desto nützlicher wird die BROT Karte des guten Geschmacks für alle. Also, ran ans Gerät und her mit den Empfehlungen.

Wo man eine gute Brotauswahl findet, verrät die BROT Karte des guten Geschmacks

LINK

Die BROT Karte des guten Geschmacks:
brot-magazin.de/karte



Legende:

-  Bäckerei
-  Bio-Bäckerei
-  Mühle
-  Bio-Mühle



Schnelles Kaffeebrot

Rezept & Bilder: Nadja Alessi

 @little_kitchen_and_more

*Für Einsteiger
geeignet*

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	Weizen, Hafer
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	mittelfest
Zeit gesamt:	3 Stunden
Zeit am Backtag:	3 Stunden
Backzeit:	45-50 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	230°C nach 10 Minuten
Schwaden:	nein



Gutes Brot braucht Zeit. Aber manchmal muss es eben schnell gehen. Da kann kein Sauerteig aufgefrischt, kein Vorteig 12 Stunden zur Reife gestellt werden. Auch innerhalb von 3 Stunden lässt sich ein leckeres Brot auf den Tisch bringen, das mit vollem Aroma überzeugt. Die eingearbeiteten Walnüsse sorgen für Biss, der Kaffee für fruchtige Röstaromen. Ein Brot, das zu Süßem und Herzhaftem gleichermaßen passt.

☉ Alle Zutaten – außer die Walnüsse – auf langsamer Stufe 4 Minuten mischen, dann 4 Minuten auf schnellerer Stufe verkneten. Abgedeckt bei Raumtemperatur 30 Minuten gehen lassen.

☉ Den Teig dehnen und falten, dabei das Brühstück einarbeiten. Weitere 30 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen.

☉ Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und rundwirken. Mit Schluss nach unten 5 Minuten ruhen lassen, dann mit Wasser bestreichen und mit Sesam bestreuen.

☉ Den Teigling mit Schluss nach oben in ein bemehltes Gärkörbchen geben und bei Raumtemperatur 45 Minuten gehen lassen.

☉ Rechtzeitig den Backofen mit einem gusseisernen Topf auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

☉ Den Teigling aus dem Gärkörbchen stürzen, nach Belieben einschneiden und in den heißen Topf geben. 10 Minuten backen. Die Temperatur auf 230°C reduzieren und weitere 35-40 Minuten backen. 10 Minuten vor Ende der Backzeit den Deckel abnehmen. ▣

Brühstück

- ▶ 100 g Wasser (kochend)
- ▶ 50 g Walnüsse (grob gehackt)

Die Walnüsse mit dem Wasser übergießen und etwa 25 Minuten quellen lassen. Danach das Wasser abgießen und die Walnüsse trocken tupfen.

Hauptteig

- ▶ 210 g Wasser (kalt)
- ▶ 100 g Kaffee (heiß)
- ▶ 460 g Weizenmehl 550
- ▶ 40 g Haferkleie (alternativ Weizenmehl Vollkorn)
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 10 g Frischhefe

Spätere Zugabe

- ▶ Brühstück

Topping

- ▶ 30 g Wasser (kalt)
- ▶ 30 g Sesam



Zeitraster

8.00 Uhr
Teig ansetzen
Brühstück ansetzen

8.45 Uhr
Brühstück einarbeiten

9.15 Uhr
Brot formen

9.30 Uhr
Ofen vorheizen

10.00 Uhr
Backen

10.45 Uhr
Brot fertig



Sauerteig

- ▶ 50 g Wasser (warm)
- ▶ 50 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 6 g Sauerteig Marvin (alternativ 0,1 g Frischhefe)

Alle Zutaten gründlich mischen. Abgedeckt 10-12 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 300 g Wasser (warm)
- ▶ 400 g Weizenmehl 550
- ▶ 100 g Weizenmehl Vollkorn

Spätere Zugabe

- ▶ 25 g Wasser (kalt)
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 10 g getrocknete Wildblumen (essbar, nach Wahl)

Topping

- ▶ Wasser
- ▶ 3 g getrocknete Wildblumen (essbar, nach Wahl)

Wildblumenbrot

Das Brot ist wie ein kulinarischer Spaziergang über eine wohlduftende Wildblumenwiese im Frühsommer. Hergestellt mit Sauerteig und Weizenmehl, wird es durch die Beigabe getrockneter Blüten ergänzt. Das gibt nicht nur farblich einen Kick, sondern je nach Auswahl zusätzliche Würze. Die lange kalte Gare sorgt für ein angenehmes Aroma und Bekömmlichkeit.

- Die Zutaten 6 Minuten auf langsamer Stufe verkneten, bis ein fester Teig entsteht. Den Teig abgedeckt bei Raumtemperatur 30 Minuten ruhen lassen.
- Salz, Wasser und Blüten zugeben und zirka 2-3 Minuten auf langsamer Stufe unterkneten, bis der Teig geschmeidig ist. Den Teig abgedeckt bei Raumtemperatur 3 Stunden gehen lassen. Nach 30 und 60 Minuten jeweils einmal dehnen und falten.
- Den Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben und rundwirken. Mit Schluss nach oben in ein bemehltes Gärkörbchen legen und abgedeckt 18-20 Stunden in den Kühlschrank stellen.
- Den Backofen mit einem gusseisernen Topf rechtzeitig auf 260°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Den Teigling auf ein zugeschnittenes Backpapier stürzen und mit Blüten garnieren. Dazu je eine Blüte vorsichtig in Wasser eintauchen, auf dem Teigling platzieren und leicht andrücken.
- Den Teigling nach Belieben einschneiden und in den vorgeheizten Topf geben. Die Temperatur sofort auf 230°C reduzieren und 20 Minuten mit Deckel backen. Den Deckel abnehmen und weitere 20 Minuten backen. ■

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆
Getreide: Weizen
Triebmittel: Sauerteig
Teigkonsistenz: geschmeidig
Zeit gesamt: 33-37 Stunden
Zeit am Backtag: 90 Minuten
Backzeit: 40 Minuten
Starttemperatur: 260°C
Backtemperatur: 230°C sofort
Schwaden: nein

Rezept & Bilder:
Margarete Maria Preker
@imagina_von_rosenberg
brotpassion.de



0,1 g Frischhefe entspricht etwa der Größe eines Reiskorns. Die Wildblumen können nach Vorliebe und Verfügbarkeit ausgetauscht werden. 10 g setzen sich beispielsweise aus 3 g Kamille, 3 g Gänseblümchen, 3 g Teerosen und 1 g Borretschblüten zusammen.

Glossar

Altbrot – Auch Restbrot oder Aromabrot. In der Regel als Quellstück genutzt, erfüllt Altbrot zwei wesentliche Funktionen: Es bringt mehr Aroma ins Gebäck und bindet sehr viel Flüssigkeit. Das sorgt für eine saftige Krume und längere Frischhaltung. Während des Gärprozesses stellt es den Mikroorganismen zudem mehr Nahrung zur Verfügung. Altbrot ist dabei nicht notwendigerweise alt, es kann übrig gebliebenes Brot verwendet werden. Das wird in Stücke geschnitten, getrocknet und geröstet (dafür eignet sich zum Beispiel die Restwärme des Ofens). Die Stückchen werden dann in der Küchenmaschine oder Mühle zerkleinert. Alternativ kann getrocknetes Brot auch zunächst zerkleinert und dann in der Pfanne trocken angeröstet werden. Geeignet sind alle Brotsorten. Je dunkler das Brot, desto aromatischer wird das Quellstück. Steht Altbrot nicht zur Verfügung, kann man es durch Semmelbrösel ersetzen, die man kurz trocken in der Pfanne anröstet.

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 Sauerteigaromas. 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 Schalenanteil 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 Gargas Kohlenstoffdioxid gegen Luftsauerstoff 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 gröberer 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 gemahlenes 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 den 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**



Fenster-Test – 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 (37,5%/62,5%) 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.

Japanische Hefe (Tennen Kobo Okoshi) – Triebmittel nach einem Rezept von Satoko Shinke, vorgestellt in **BROT** 1/2017. Dabei wird zunächst ein Rosinenhefewasser angesetzt. In einer Zwischenstufe fermentiert man dieses Hefewasser gemeinsam mit Naturjoghurt. Im letzten Schritt kommt Mehl dazu. Es entsteht ein fester Teig mit mildem Aroma, dessen Eigenschaften einer *Lievito Madre* ähneln. Durch sie kann die Japanische Hefe jederzeit in gleicher Menge ersetzt werden.

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 Gärgase, andererseits biologisch durch Produktion von Gärgas 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 passendere Variante ist das Verquellen über 8 bis 12 Stunden bei 6 bis 8°C im Kühlschrank. Um enzymatischen Abbau und Fremdgärung 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.

Rundschleifen – Um ein Teigstück rund zu schleifen, faltet man zunächst auf der Unterseite alle Ränder des Teiglings zur Mitte hin und drückt sie leicht an, sodass der entstehende Schluss nicht wieder aufgeht. Danach dreht man den Teigling um, legt seine Hand wie einen Käfig locker darüber und bewegt sie mit sanftem Druck auf einer bemehlten Arbeitsfläche in kreisenden Bewegungen. Dabei formt man die Hand zu einer Krallenform, damit die Finger etwas unter den Teig kommen. Der Teigling bekommt so eine kugelige (Brötchen-)Form und es wird Spannung aufgebaut.

<https://tinyurl.com/yxdyn57n>  **Video**

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/ybnxlquw>  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**

Stippen – Das Wort leitet sich von „Eintunken“ ab. Stippen ist eine Alternative zum Einschneiden des Teiges vor dem Backen. Mit einer Stipprolle werden etwa 1 Zentimeter tiefe Löcher in die Teigoberfläche eingebracht, hier kann sich der Teig während des Ofentriebs dann ausdehnen.

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 Gebäckeseigenschaften 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).

Mit folgender Formel lässt sich die TA berechnen:
$$100 \times (\text{Wassermenge} + \text{Mehlmenge}) / \text{Mehlmenge} = \text{TA}$$

Das bedeutet zum Beispiel bei einem Teig mit 600 g Mehl und 450 g Wasser: $100 \times (450 + 600) / 600 = \text{TA } 175$.

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.

Tourieren – Herstellungsprozess für Blätter- und Plunder-teige (zum Beispiel Croissant oder Franzbrötchen). Ziehfett oder Butter wird in Teig eingeschlagen und ausgerollt. Nach dem Ausrollen faltet man den Teig und rollt ihn erneut aus. Jedes Falten und Ausrollen wird als eine Tour bezeichnet. Durch den Prozess entstehen mehrere dünne Teiglagen, die jeweils durch das Fett voneinander getrennt sind.

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, wengleich 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 09.09.2021

Digital-
Ausgabe
erhältlich ab
27.08.2021

Darum geht es unter anderem:

● Grundkurs Brotbacken –
der richtige Schnitt im Brot



● Tans Brotboutique –
Brot-Spezialitäten aus Mannheim



● Gewürze im Brot –
geschmacklich Akzente setzen



● Kreative Rezepte – Kochen mit Brot

HERAUSGEBER
Sebastian Marquardt, Tom Wellhausen

REDAKTION
Hans-Henny-Jahnn-Weg 51
22085 Hamburg
Telefon: 040/42 91 77-300
redaktion@wm-medien.de
www.brot-magazin.de

LEITUNG REDAKTION/GRAFIK
Jan Schönberg

CHEFREDAKTION
Sebastian Marquardt (verantwortlich)

REDAKTION
Edda Klepp, Mario Bicher, Vanessa
Grieb, Chiara Schmitz, Jan Schnare

AUTORINNEN & AUTOREN
Bäbel Adelhelm, Nadja Alessi,
Sonja Bauer, Michelle Deschner,
Debora Gaedtker, Gerda Göttling,
Daniela Kanka, Samuel Kargl, Edda
Klepp, Sebastian Krist, Sebastian
Marquardt, Nadine Metz, Stevan Paul,
Margarete Maria Preker, Stephanie
Reineke, Richmond Fachschule,
David Ruppert, Tanja Schlund,
Doris Schmitz-Dempewolf,
Andrea Thode, Alexandra Wojna

FOTOS
Andrea Thode, stock.adobe.com:
aamulya, asab974, Christian Jung,
contrastwerkstatt, Dar1930,
Dionisvera, Elena Schweitzer, eyewave,
hailey_copter, Heike Rau, ji_images,
Kateryna_Kon, LIGHTFIELD STUDIOS,
Lumixera, Michelle, Nataliai Pyzhova,
New Africa, SciePro, thanksforbuying,
Therese Elaine, travelguide

VERLAG
Wellhausen & Marquardt
Mediengesellschaft bR
Hans-Henny-Jahnn-Weg 51
22085 Hamburg

Telefon: 040/42 91 77-0
post@wm-medien.de
www.wm-medien.de

GESCHÄFTSFÜHRER
Sebastian Marquardt
post@wm-medien.de

VERLAGSLEITUNG
Christoph Bremer

ANZEIGEN
Christoph Bremer (Leitung)
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@wm-medien.de

ABONNEMENT
Jahresabonnement für:
Deutschland: € 37,-
EU und Schweiz: € 43,-
Übriges Ausland: € 65,-
Digital-Magazin: € 30,-

Für Print-Abonnenten ist das digitale
Magazin inklusive. Infos unter:
www.brot-magazin/digital

Das Abonnement verlängert sich
jeweils um ein weiteres Jahr, kann
aber jederzeit gekündigt werden. Das
Geld für bereits bezahlte Ausgaben
wird erstattet.

EINZELPREIS
Deutschland: € 6,90 / Österreich: € 7,60 /
Schweiz: sFr 13,50 / Benelux: € 8,10

DRUCK
westermann DRUCK | pva
Georg-Westermann-Allee 66
38104 Braunschweig

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
DMV Der Medienvertrieb GmbH & Co. KG
Meßberg 1, 20086 Hamburg

Für unverlangt eingesandte Beiträge
kann keine Verantwortung übernom-
men werden. Mit der Übergabe von
Manuskripten, Abbildungen, Dateien
an den Verlag versichert der Verfasser,
dass es sich um Erstveröffentlichun-
gen 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 vorbestellen



Ab dem
22. Juli
im Handel

Zutaten rein, Deckel drauf ... und los geht's. Der Thermomix ist ein Küchenhelfer für jede Gelegenheit. Auch als Back-Partner macht das Multifunktionsgerät eine gute Figur, wird im Handumdrehen zur Knetmaschine. Bestseller-Autorin Valesa Schell zeigt im neuen **BROT**Sonderheft „**BROT – Backen mit dem Thermomix**“, wie so leckere Brote entstehen können. Neben Sauerteig, Lievito Madre, Hefewasser und Hefe setzt die passionierte Bäckerin dabei vor allem auf den Faktor Zeit. Denn die mehr als 40 Rezepte sind selbstverständlich ganz nach der **BROT**-Philosophie mit langen Gehzeiten für Bekömmlichkeit und volles Aroma konzipiert. Sie wurden mit viel Herzblut und Leidenschaft in der heimischen Küche entwickelt und getestet. In „**BROT – Backen mit dem Thermomix**“ verrät die Redaktion zudem, was beim Einsatz der beliebten Küchenmaschine zu beachten ist, und gibt Tipps & Tricks aus der Backstuben-Praxis.

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

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