

Brot

Brot

Gesund und bekömmlich backen

WEISSES GOLD

Alles, was man über
Mehl wissen sollte

GLUTENFREI BACKEN

Wie man richtig viel
Aroma ins Brot bekommt

EINSTEIGER-KURS

Auffrischbrote zur
Sauerteig-Verwertung

SCHOKO-SAUERTEIG

Faszinierende Aromen

IM HEFT
Mehr als
30 Rezepte
für gelingsichere
Brote und Aufstriche

Winter- zauber

17 Seiten mit tollen
Rezepten für die
Vorweihnachtszeit



5,90 EUR
A: 6,50 Euro, CH: 11,60 sFR, BeNeLux: 6,90 Euro



€5,90

Jetzt bestellen!

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

Gutes Brot kann nur aus gutem Mehl entstehen. Wir erklären, worauf es ankommt.



EDITORIAL

Liebe Leserinnen und Leser.

06/2019

In dieser Ausgabe steht unsere wichtigste Zutat im Mittelpunkt – das Mehl. Darüber denken wir eigentlich viel zu selten nach. Dabei ist es doch logisch. Ein Brot kann nur so gut sein, wie die Rohstoffe, aus denen es gemacht ist. Und da muss man ganz klar sagen: Supermarkt-Mehl ist meist ein fauler Kompromiss.

Auf der Plus-Seite steht die Verfügbarkeit. Das Einkaufen um die Ecke ist natürlich deutlich umweltfreundlicher als lange Wege und Paketversand. Gemacht ist das konventionelle Mehl allerdings zu oft aus Qualitäten, die für die professionelle Bäckerei unzureichend sind und entsprechend billiger. Nicht selten ist es zudem mit Ascorbinsäure versetzt, um seine Reife zu beschleunigen und die mangelnden Backeigenschaften auszugleichen.

Wer gutes Brot kaufen will, muss einen echt handwerklich arbeitenden Bäcker finden und dafür manchmal auch lange Wege in Kauf nehmen. Mit Mehl ist das nicht anders. Beste Ware bekommt man oft bei den handwerklich arbeitenden Betrieben, die noch nah am Produkt sind, ihre Landwirte kennen und jedem Korn die Behandlung geben, die es braucht.

Der Kompromiss ist dann manchmal der Versand. Er hinterlässt einen ökologischen Fußabdruck und macht das Mehl teurer. Der Lohn aber ist gutes Brot. Und wer zum ersten Mal mit gutem Mühlenmehl gebacken hat, wird nur ungern zum Supermarkt-Produkt zurückkehren. Orientierung gibt übrigens unser Mühlenfinder auf Seite 79. Dort findest Du eine kleine Auswahl handwerklich arbeitender Mühlen.

Ansonsten ist es tatsächlich so – Weihnachten steht schon wieder vor der Tür. Wer die Lieben mit einem

Stollen verwöhnen will, muss jetzt in die Backstube gehen. Denn guter Stollen will reifen. Für uns hat Deutschlands Stollen-Experte Nummer eins, Siegfried Brenneis, zwei ganz besondere Rezepte entwickelt. Und selbst ein Weihnachtsbrot gibt es in dieser Ausgabe. Wir waren selbst nicht sicher, wie gut das zusammenpassen würde. In der Redaktion waren sich nach dem Backen aber alle einig: Richtig weihnachtlich und richtig lecker ist dieses Brot.

Das sind nur drei von rund 40 tollen Rezepten in diesem Heft, bei denen eine lange Teigruhe im Mittelpunkt steht. Nur so gelingt richtig aromatisches und bekömmliches Brot. Beim Backen wünsche ich viel Spaß und viel Erfolg. Und bei der Lektüre dieses Heftes gute Unterhaltung.

Herzliche Grüße

Sebastian Marquardt, Chefredakteur

 @brotmagazin

 /BrotMagazin

 www.brot-magazin.de

Unsere Facebook-Gruppe:

 facebook.com/groups/brotforum

LeserBROTe an:

 redaktion@brot-magazin.de

So richtig gut wird Brot erst mit dem passenden Belag. Passend zum Brot, passend zur Stimmung, passend zur Jahreszeit. Unser Sonderheft **Kreative BROtZeit** ist vollgestopft mit einfachen wie kreativen Rezepten für Leckerer aufs Brot. Süß oder würzig, einfach oder raffiniert – hier findet sich immer ein Aufstrich, der passt.

INHALT 06/2019

Menschen & Brot

Family-Business
Im Gespräch mit Christina Eiling
von der Bio-Mühle Eiling **Seite 72**

Rohstoffe

Hartweizen
Mehr als nur ein Nudelgetreide **Seite 14**

● **Der unterschätzte Rohstoff**
Alles über Mehl in der Brot-Herstellung **Seite 62**

Glutenfreies Backen

● **Aromaspender**
Einfache Tipps für mehr Geschmack im Brot **Seite 115**

Verschiedenes

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

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

BROTakademie
Basis-Kurs Sauerteig **Seite 56**

Mühlen-Finder
Ausgewählte Adressen für gutes Mehl **Seite 79**

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

BROTLaden
Interessante Produkte fürs heimische Backen **Seite 96**

Glossar **Seite 127**

Vorschau/Impressum **Seite 130**

Selbst ist das Brot

Modernist Bread
Einblick in den Teig **Seite 10**



12 Kürbiskern-Aufstrich



13 Kürbis-Dinkel-Brot



24 Nikolaus-Brötchen



26 Schoko-Kirsch-Roggenbrot



27 Besinnliche Zwetschge



30 Orangen-Florentiner



30 Schwarzwälder Tannen



31 Springerle



31 Haselnuss-Schiffchen



32 Weihnachts-Baguette



33 Spekulatius-Aufstrich



34 Orangen-Dinkelstollen



35 Physalis-Cashew-Dinkelstollen



40 Rotkohl-Laib



42 Roggenblock



44 Voller Fluff



46 KürbisKürri



48 KleieLaib



50 Weihnachts-Brot



60 Frühstücks-Kipferl



78 Maronen-Laibchen



84 Alltagsbrot



85 Maronen-Sesam-Dreieck



89 Auffrisch-Mischbrot



102 Ayran-Saaten-Zwirbel

Schlückchenweise Mehr Wasser im Teig durch Bassinage	Seite 19
Von Welt 10 traditionelle Weihnachtsgebäcke	Seite 20
Der Bär mit dem Brot Einfallsreiche Marketing-Strategie	Seite 36
● Einsteiger-Kurs Alles über Auffrischbrote	Seite 86
● Lebhaft und aromatisch Mikrobiologische Untersuchung von Schokoladen-Sauerteig	Seite 92



104 Tomatensuppe



108 Birnen-Pudding



111 Hütten-Power-Brot



113 Roggenfladen



120 Tortilla-Kasten



122 Maisbrot



124 Schneller Fluff



106 Kraut-Knödel-Gugelhupf



110 Walnuss-Knusper-Kruste



112 Halb-Halb



114 Pfeffer-Laugen-Kringel



121 Kakao-Kissen



123 Leinsamenbrot



126 Langschläfer-Brötchen

● Titelthemen

✓ Glutenfrei

⌚ Speed-Baking

★ Weihnachts-Spezial

Wie dieses Heft funktioniert

Vorab

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

Die Angaben

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

Die Bewertung

Wir haben jedem Brot einen Schwierigkeitsgrad zugeordnet.

★☆☆ - einfaches Rezept

★★☆ - Rezept mit Anspruch

★★★ - sehr anspruchsvolles Rezept

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

Fachbegriffe

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

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

@brotmagazin

www.brot-magazin.de

/BrotMagazin

[facebook.com/groups/brotforum](https://www.facebook.com/groups/brotforum)

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

Hobbybäcker bietet eine **Backmischung** für Kürbiskernbrot an. Darin enthalten sind original steirische Kürbiskerne aus Österreich. Diese sollen dem Brot einen unverwechselbaren, intensiven Kürbisgeschmack verleihen. Das Brot soll besonders saftig werden und lange frisch bleiben, für seine appetitliche Farbe und Struktur sorgen laut Hersteller die gerösteten Kürbiskerne sowie weitere Kernbestandteile. Der 1.000-Gramm-Beutel reicht für zwei kleine Brote und kostet 8,95 Euro. www.hobbybaecker.de



Neuheiten

Die Firma Staub bringt eine neue **Keramiklinie** namens „Weißer Trüffel“ auf den Markt. Erhältlich sind unter anderem verschiedene Teller und Schüsseln in unterschiedlichen Größen, die sich sowohl für kleinere Portionen wie Vorspeisen als auch für größere Gerichte und Hauptgänge eignen. Auch Tassen und eine Besteckablage gehören zu der Serie. Alle Teile sind mit einer emaillierten Oberfläche versehen, wodurch die Produkte kratzfest und leicht zu reinigen sein sollen. Alle Teile sind spülmaschinen- und mikrowellengeeignet. Die Preise reichen von 9,95 Euro bis 16,95 Euro. <https://de.zwilling-shop.com>



Mit dem **Brotmesser** der Serie Zwilling Pro lassen sich laut Hersteller gleichmäßige Schnitte erzielen. Ohne viel Kraft arbeitet sich die Klinge mit Wellenschliff durch Körner, Kanten und harte Krusten. Die keilförmige Form des Messers bietet eine gute Balance beim Schneiden. Rostfreier Stahl macht die Klinge korrosionsbeständig und flexibel. Der Preis beträgt 89,95 Euro. <https://de.zwilling-shop.com>



Drei neue **Öle** hat die Ölmühle Solling im Sortiment. Die Basis aller drei Varianten ist eine Mischung aus Algenöl und Leinöl, kombiniert entweder mit Chiasamenöl, Sanddornfruchtfleischöl oder Walnussöl.

Enthalten sind jeweils 1,6 Gramm Docosahexaensäure, die laut Hersteller gesundheitsfördernde Eigenschaften hat. Die Variante mit Chiasamenöl hat einen angenehm milden Geschmack und 250 Milliliter kosten 19,90 Euro. Die Variante mit Sanddornfruchtfleischöl mit seinem Gehalt an natürlichem Vitamin A und E hat eine leicht fruchtige Note und schlägt mit 21,90 Euro pro 250 Milliliter zu Buche. Die Variante mit Walnussöl verleiht zum Beispiel Salaten eine herb-nussige Note. Hier liegt der Preis für 250 Milliliter bei 19,90 Euro. www.oelmuehle-solling.de

Vier neue **Getreidesorten** im ganzen Korn hat Häussler ins Sortiment aufgenommen: Bio-Roggen, Bio-Dinkel, Bio-Weizen und Oberkulmer Rotkorn. Alle vier Sorten stammen aus kontrolliert biologischem Anbau und werden im 5.000-Gramm-Beutel angeboten. Der Bio-Roggen ist kräftig im Geschmack und lange haltbar – er kostet 11,90 Euro. Der hohe Kleber- und Eiweißgehalt verleiht dem Bio-Dinkel (16,57 Euro) gute Backeigenschaften. Das Allzweck-Getreide Weizen kostet 11,90 Euro und ist ideal geeignet für Brot, Brötchen und Kuchen. Neben einem hohen Anteil an Kohlenhydraten besitzt Weizenmehl sehr gute Klebereigenschaften. Das Oberkulmer Rotkorn zeichnet sich durch einen hohen Anteil an Eiweiß aus. Der Preis: 21,90 Euro. www.backdorf.de



Das neue **Backpapier** der Marke Toppits verfügt über eine rutschfeste Unterseite, die lästiges Aufrollen oder Verrutschen auf dem Backblech verhindern soll. Darüber hinaus verfügt das Papier über einen Anback-Schutz, kann nicht durchfetten und ist ungebleicht, laut Hersteller aus verantwortungsvoller Waldwirtschaft und kompostierbar. Erhältlich ist es als 8-Meter-Rolle oder als Zuschnitte mit 42 x 38 Zentimeter. Die unverbindliche Preisempfehlung liegt bei 2,59 Euro. www.toppits.de



Anzeigen

Alles zum Brot backen

HÖBBY BÄCKER
Eierwaren & Lecker

gültig bis 30.11.2019;
ab 45€ Warenwert
Ihr Gutschein-Code:
12DFV8L83W

10€ geschenkt!

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

www.hobbybäcker.de
Bestell- & Servicehotline:
07306 925900

BÖCKER

Glutenfrei von Böcker

Ernst BÖCKER GmbH & Co. KG | 32427 Minden
Tel. +49 571-83799-0 | info@sauerteig.de | www.sauerteig.de



Der Gugelhupf ist ein beliebter Kuchen zum Nachmittagskaffee. Mit der emaillierten **Backform** von Hobbybäcker soll er sich nach dem Backen besonders leicht aus der Form lösen. Die Gugelhupfform hat einen Durchmesser von 24 Zentimeter, ist 13 Zentimeter hoch und kann in der Spülmaschine gereinigt werden. Im Backofen ist sie temperaturbeständig bis 400°C. Der Preis beträgt 6,55 Euro. www.hobbybaecker.de

Das **Küchenthermometer** von Professional Secrets wurde in mehr als drei Jahren entwickelt, um sowohl Berufsköche als auch passionierte Hobbyköche mit einem ausgereiften Thermometer zu versorgen. Das hinten am Haltegriff angebrachte Digitaldisplay zeigt die Temperatur in Grad Celsius oder Fahrenheit mit einer Nachkommastelle an und lässt sich leicht ablesen. Eine dünne Sonde von nur 1,2 Millimeter sorgt dafür, dass in den Lebensmitteln nur eine minimale Einstichstelle verbleibt. Da das Thermometer wasserfest ist, lässt es sich nach der Benutzung einfach reinigen. Der Messbereich liegt bei -50 bis +350°C, der Preis bei 89,99 Euro. www.brot-magazin.de/einkaufen



In der großen **Bestseller-Box** von Just Spices ist von Avocado Topping bis hin zum Rührei-Gewürz für zahlreiche Gerichte das passende Gewürz enthalten. Insgesamt 16 Gewürze sind in der Holz-Kiste verpackt – ideal zum Verschenken. Im Set sind folgende Gewürzmischungen zu finden: Gemüsebrühe, Hähnchen Gewürz, Turbo Scharfes Gewürz, Bolognese Gewürz, Oatmeal Spice, Kräuter Dressing, Guacamole Gewürz, Bratkartoffel Gewürz, Pizza Gewürz, BBQ Gewürz, Kaffeekuss, Fruchtiges Reisgewürz, Rührei Gewürz, Kräuterquark Gewürz, Italian Allrounder und Curry Madras. Je nach Gewürzmischung liegt die Menge bei 32 bis 79 Gramm. Der Preis: 69,99 Euro. www.justspices.de





Bei größeren Backöfen ab einer Backraumtiefe von 60 bis 145 Zentimeter können **Backschieber** hilfreich sein, um die Teiglinge in den Ofen einzuschießen und wieder heil herauszubekommen. Dafür eignen sich die neuen Backschieber von Häussler. Die Holzflächen sind aus einem Stück gefertigt, dadurch hitzeunempfindlich und stabil. Erhältlich sind ovale, runde oder rechteckige Schieber in unterschiedlichen Größen mit Holzstielen von 140 bis 280 Zentimeter. Die Holzstiele können bei Bedarf auf die passende Länge abgesägt werden. Die Preise liegen zwischen 61,- und 96,- Euro. www.backdorf.de



Die Bio-Baumwollkollektion von Kaya & Kato umfasst unter anderem schlicht gehaltene **Schürzen**. Für diese Produktlinie wurde das Unternehmen nun als erster und

bisher einziger Hersteller von Kleidung für die Gastronomie und Hotellerie mit dem neuen staatlichen Textilsiegel „Grüner Knopf“ ausgezeichnet, das sozial und ökologisch hergestellte Textilien bekommen. Eines der ausgezeichneten Produkte sind unter anderem die Latzschürze sowie die Latzschürze lang in der Farbkombination „Salz & Pfeffer“. Die Preise: 35,58 Euro beziehungsweise 39,15 Euro. www.kaya-kato.de

HÄUSSLER

Holzbacköfen und Elektro-Steinbacköfen



Mit den Backöfen von Häussler genießen Sie die überragende Backqualität, wie sie nur ein mit Vollschamotte ausgekleideter Ofen bieten kann. Die Hitze wird kräftig und sanft an das Backgut abgegeben. Besser geht es nicht.

Kostenlos Katalog anfordern:
www.backdorf.de

88499 Heiligkreuztal · Tel. 073 71 / 9377-0



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



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

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



Wenn die beiden wasserunlöslichen Mehl-Proteine Glutenin und Gliadin mit Flüssigkeit in Kontakt kommen, bildet sich Gluten (Kleber). Bei diesem Teig hat sich das Gluten-Netzwerk voll entwickelt. Sichtbar wird das an den Strängen quer durch den ganzen Teig. Kneten wird für die Gluten-Entwicklung oft überschätzt. Entscheidung ist die Verquellung von Wasser und Mehl.



Diese und weitere – teilweise bisher nie da gewesene – Einblicke in die Prozesse des Backens gibt es in der fünfbandigen Enzyklopädie Modernist Bread, die gerade im Verlag The Cooking Lab, LLC in deutscher Sprache erschienen ist.

Tipp

Der Aufstrich ist gekühlt und verschlossen 6-7 Tage haltbar.



Zutaten

- ▶ 150 g Schmand (alternativ Sauerrahm)
- ▶ 120 g Kürbiskerne
- ▶ 50 g Butter
- ▶ 25 g Kürbiskernöl
- ▶ 1 Knoblauchzehe
- ▶ 1/2 Bund Petersilie
- ▶ 1/2 Bund Schnittlauch
- ▶ 3 g Honig
- ▶ Salz
- ▶ Pfeffer



Rezept & Bild: Valesa Schell

[f /groups/785749074867453/](https://www.facebook.com/groups/785749074867453/)

www.brotbackliebeundmehr.com

KÜRBISKERN-AUFSTRICH

Dieser leckere Aufstrich eignet sich sehr gut als Brotaufstrich, wenn mal etwas Neues aufs Brot soll. Die gerösteten Kürbiskerne und das Kürbiskernöl verleihen der Creme ein nussiges Aroma.

● Kürbiskerne trocken in einer Pfanne rösten. Sobald sie abgekühlt sind, fein mahlen.

● Schnittlauch, Petersilie und Knoblauch fein hacken.

● Butter mit Schmand und Kürbiskernöl cremig rühren, dann den Honig dazugeben.

● Gemahlene Kürbiskerne, Kräuter und Knoblauch untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. ■

HERBSTLICHES KÜRBIS- DINKEL-BROT



Hier treffen Japan, Indonesien und die Schwäbische Alb aufeinander, nämlich Kürbis, Zimt und Dinkel. Auf den ersten Blick mag das wenig überzeugend klingen. Der Gaumen ist anderer Meinung. Die Aromen ergänzen sich ganz hervorragend.

☉ Alle Zutaten – außer die Kürbis-Würfel – 5 Minuten langsam mischen, dann 1 Minuten auf schnellerer Stufe kneten. Die Kürbis-Würfel hinzugeben und noch einmal 2 Minuten schnell kneten.

☉ Den Teig in zwei Teile teilen. Beide Teile rundwirken und in der vorbereiteten Bestreung wälzen. Dann zusammen in eine gefettete Kastenform (30 cm) legen und bei Raumtemperatur etwa 2-4 Stunden abgedeckt zur Gare stellen, bis der Teig an den Rand der Kastenform gestiegen ist.

☉ Das Brot in den gut auf 230°C Ober-/Unterhitze vorgeheizten Ofen einschließen, dabei schwaden.

☉ Nach 10 Minuten den Schwaden ablassen, die Temperatur auf 210°C senken und 40 Minuten zu Ende backen. 🍴

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Dinkel
Triebmittel:	Hefe, Sauerteig
Teigkonsistenz:	weich
Zeit gesamt:	20-26 Stunden
Zeit am Backtag:	3-5 Stunden
Backzeit:	50 Minuten
Starttemperatur:	230°C
Backtemperatur:	210°C nach 10 Minuten
Schwaden:	beim Einschließen, nach 10 Minuten ablassen

Sauerteig

- ▶ 145 g Dinkelmehl Vollkorn
- ▶ 145 g Wasser (warm)
- ▶ 15 g Anstellgut

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

Kochstück



- ▶ 65 g Dinkelmehl Vollkorn
- ▶ 210 g Wasser

Das Wasser zum Kochen bringen, dabei das Dinkelmehl einrühren. Kurz aufkochen bis die Masse zu einem Brei verkleistert. Vom Herd nehmen und noch etwas weiter rühren. Dann abkühlen lassen.

Hauptteig



- ▶ Sauerteig
- ▶ Kochstück
- ▶ 390 g Dinkelmehl Vollkorn
- ▶ 120 g Wasser
- ▶ 60 g Joghurt
- ▶ 14 g Salz
- ▶ 14 g Frischhefe
- ▶ 60 g Hokaido-Kürbis, gewürfelt

Zum Bestreuen

- ▶ 30 g Dinkelmehl Vollkorn
- ▶ 5 g Zimt

Mehl und Zimt mischen.



Rezept & Bild:
Akademie Deutsches
Bäckerhandwerk







Alles Nudel, oder was?

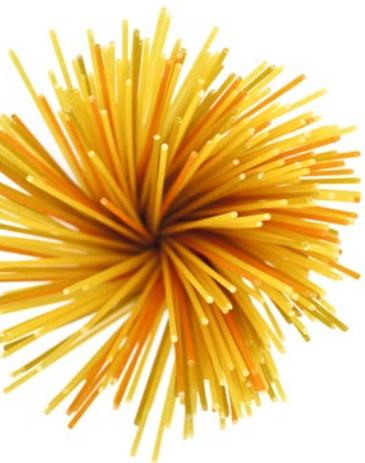
Hartweizen

Ist von Weizen die Rede, meint man in der Regel Weichweizen, auch Brotweizen genannt. Der Bruder des klassischen Weichweizens ist – man ahnt es – der Hartweizen. Und auch wenn sein Name etwas anderes suggeriert, ist er doch eigentlich der weichere in diesem Bruderpaar. Denn Hartweizen braucht Wärme, Sonne und reagiert sensibel auf Frost. Daher ist er im Süden zu Hause.



Aktuell werden 160.000 Tonnen Hartweizen pro Jahr in Deutschland geerntet, doch die Anbaufläche wächst mit den hiesigen Temperaturen

Text: Michal Sip



HARTWEIZEN

Triticum durum (andere Namen: Durum, Durumweizen, Glasweizen)
Botanisch: Poales (Süßgrasartige), Familie Süßgräser, Gattung Weizen (Triticum), Art Hartweizen

Hartweizen ist gleich nach Weichweizen die wirtschaftlich bedeutendste Weizenart. Seine Ursprünge gehen auf den wilden Emmer (*Triticum dicoccon*) zurück, der zu den ältesten angebauten Getreidearten zählt und aus dem in der Folge auch Kamut und Hartweizen kultiviert wurden. Die Zeitangaben sind nicht genau verifizierbar, man nimmt aber etwa 5.000 Jahre v. Chr. an, und zwar im Nahen Osten.

Hartweizen benötigt Wärme, gute Böden, ist nur sehr eingeschränkt winterfest, weshalb die Aussaat am besten dann erfolgt, wenn keine Fröste mehr zu erwarten sind. Seine wichtigsten Anbauggebiete findet man daher im Mittelmeerraum und in Vorderasien, aber auch in Südeuropa. In Deutschland wird er in trockenen warmen Gebieten im Osten und Südwesten kultiviert.

Eine so wichtige Getreideart, deren Produktion jährlich in Europa in Millionen Tonnen

gezählt wird und von der trotzdem noch ein Vielfaches importiert werden muss. Dabei sucht man Hartweizenmehl in der Regel vergeblich in Supermärkten. Hartweizengrieß ist öfter zu finden, zählt aber auch nicht zum Standard-Repertoire. Das liegt daran, dass Hartweizen fast nur in fertigen Produkten zu bekommen ist. Zu allererst in Nudeln.

Wer sich auf die Schnelle über Getreidesorten für Lebensmittel informieren will, bekommt eine einfache Welt präsentiert: Für Backwaren nimmt man Weichweizen (Brotweizen) und Roggen, für Nudeln den Hartweizen, genauer gesagt, Hartweizengrieß.

Das stimmt zwar, ist aber doch nicht ganz richtig. Die Teige für echte italienische Pasta werden in der Tat nur aus Hartweizengrieß, Salz und Wasser gemacht. In England nennt man Hartweizengrieß entsprechend oft „macaroni wheat“. Es gibt es aber Nudeln aller Art, die auch aus Grieß oder Mehl vom



Couscous wird oft aus Hartweizengrieß hergestellt

Weichweizen, Reis, Mais oder aus Kartoffeln entstehen. Asiatischen Nudeln, ein Jahrtausende altes Lebensmittel, zeichnen sich vor allem durch einen hohen Eieranteil aus, manche sind völlig frei von Weizen, also auch glutenfrei.

Spätzle gehören zwar nicht ganz dazu, interessant sind sie aber – früher wurden sie nur aus Dinkelmehl hergestellt.

Der Hartweizen ist deutlich vielfältiger als es auf den ersten Blick aussieht. Couscous zum Beispiel, bekannt aus der nordafrikanischen Küche, ist ein Hartweizengrieß-Produkt. Für

die Herstellung des ähnlichen Bulgur wird im Vorderen Orient in der Regel Hartweizengrütze verwendet.

Weil Hartweizengrieß auch für andere Teigwaren verwendet wird, deckt die hiesige Produktion die Nachfrage in der Europäischen Union nicht. Etwa 80 Prozent des Bedarfs muss eingeführt werden. Und wer Hartweizen aus der EU heraus verkaufen will, hat Ausfuhrzoll zu entrichten.

Die Vorteile des Hartweizens für Teigwaren liegen in seinem höheren Proteinanteil (rund 16 Prozent, gegenüber Weichweizen mit 13 Prozent) wie auch in seiner chemischen Struktur. Die höheren Klebereiweißanteile sind zugleich fester in die Struktur gebunden, das gilt auch für Stärkepartikel. Sie werden beim Kochen nicht so stark ausgeschwemmt, die Nudeln bleiben in Form und bissfest. Das wusste man schon vor 4.000 Jahren, als man die ersten Nudeln kochte. Natürlich al dente.

Wenn es ums Brot geht, spricht zunächst nicht viel für das Backen mit Hartweizen. Viel Gluten darin, das ein Kneten schwieriger macht. Und mehr als nötig für eine gute Backfähigkeit und Krumbildung möchte man eh nicht haben. Hinzu kommt, dass Hartweizenmehl und -grieß gar nicht so

Nudeln sind die häufigste Darreichungsform von Hartweizen. Traditionell bestehen sie aus seinem Grieß, Wasser und Salz





Während man Hartweizengrieß noch hier und da in Supermärkten bekommt, ist das Mehl praktisch nicht zu finden. Hier helfen Online-Shops und italienische Feinkost-Geschäfte

leicht zu bekommen sind. In einem normalen Supermarkt wird man kaum fündig. Es bleiben Bio-Märkte, Online-Handel und auf italienische Küche spezialisierte Feinkostgeschäfte vor Ort.

Interessante Rezepte gibt es. Hartweizen pur, Hartweizen plus Weichweizen – das Verhältnis ist oft variabel. Produkte, die ausschließlich aus Hartweizen gebacken werden, findet man selten. Ein Beispiel ist das sardinische Pane carasau. Man kann es aus reinem Hartweizengrieß, aus einer Mischung Hartweizengrieß und Weichweizenmehl, oder aus Weichweizengrieß und Weichweizenmehl herstellen. Offensichtlich geht alles irgendwie. Dasselbe gilt für Ciabatta, Baguette, Fladenbrot. In jedem Fall bringt der Hartweizen ein charismatisches Aroma mit leichten Zimtnoten ins Gebäck.

Ein Sortenname taucht aktuell öfter auf: Timilia. Er hat eine wachsende Fangemeinde und ist trotzdem noch so exotisch, dass selbst Wikipedia nur eine italienische Seite darüber hat. Timilia eine der ältesten Hartweizensorten, ein Urgetreide. Es wird ausschließlich auf Sizilien angebaut. Früher, in der Römerzeit, wurde es in ganz Italien kultiviert, doch mit

dem Aufkommen der produktiveren Arten und Sorten erlebte Timilia das Schicksal vieler Urgetreiden: Es verschwand beinahe vollständig.

Viele Rezepte nennen italienische Brotspezialitäten aus Urgetreide oder zumindest mit Anteilen von diesem. Verwendet werden Timilia-Mehle, auch Emmer oder Kamut.

Hartweizen, vor allem die künftige Sortenzüchtung, ist in Zeiten der Klimakrise aktuell. Zwar wird Hartweizen in Deutschland erst seit etwa 50 Jahren angebaut, aktuell auf rund 32.000 Hektar (Weizenanbaufläche gesamt etwa 3 Millionen Hektar). Die Ernte bringt jährlich etwas über 160.000 Tonnen. Doch der Trend zu mehr Anbauflächen ist in Deutschland wie auch in anderen EU-Ländern erkennbar. 🌾

Ob als Grieß (semolina) oder feineres Mehl – in Rezepten kann das eine wie das anderen benutzt werden





Mehr **Wasser** im Teig

Schlückchenweise

Schluck für Schluck – so macht man es in Frankreich. Und dabei ist nicht einmal Wein gemeint. Vielmehr kommt aus dem Französischen eine Technik, die es erlaubt, mehr Wasser im Brotteig zu binden. Bei der Bassinage wird es zu einem späteren Zeitpunkt in kleinen Mengen nach und nach dazugegeben.

Im Sinne einer saftigen, offenen Krume und einer längeren Frischhaltung ist es wünschenswert, möglichst viel Wasser im Teig unterzubringen. Einher geht das in der Regel mit längeren Knetzeiten, die wiederum den Teig ungewollt erwärmen. Bei mehr als 26°C droht ein Weizenteig seine Struktur zu verlieren und zu zerlaufen.

Aus dem Französischen kommt die Technik der Bassinage, die gleich mehrere Herausforderungen meistert. Zunächst wird Schüttwasser zurückgehalten. Entsprechend ist ein festerer Teig das Ergebnis, in dem sich das Glutengerüst schneller – also innerhalb kürzerer Knetzeit – aufbaut.

Das Klebergerüst hat nun die Möglichkeit, neu hinzukommendes Wasser schneller und effizienter aufzunehmen. Um es dabei nicht zu überfordern, wird die Flüssigkeit aber nach und nach in kleinen Portionen zugegeben. Auf diese Weise lässt sich zudem die Temperatur des



Bei der Bassinage wird Schüttwasser zunächst zurückgehalten und später in kleinen Schlucken zugegeben



Hauptteiges nachträglich steuern, indem das Schüttwasser entsprechend kalt oder warm zugegeben wird.

Gefordert ist dabei aber Konzentration auf den Teig. Auge und Ohr verraten, wann der Teig an seine Grenzen kommt. Manch ein Bäcker reizt den Grenzbereich voll aus. Das erfordert dann allerdings auch Erfahrung im Umgang mit sehr weichen Teigen. ■

Haltbarkeit und Saftigkeit der Krume lassen sich mit der französischen Technik optimieren





10 Weihnachtsgebäck-Klassiker

Von Welt

Wo Weihnachten gefeiert wird, räumen die Menschen dem Fest auch kulinarisch einen besonderen Stellenwert ein. Gerade in Sachen Gebäck hat fast jede Region auf der Erde etwas ganz Besonderes zu bieten. In Deutschland ist es der Stollen, in Italien der Panettone. Aber auch auf anderen Kontinenten gibt es Interessantes zu entdecken.

Christstollen

Obwohl es eigentlich ungewöhnlich für ein Hefengebäck ist, schmeckt der Christstollen erst so richtig gut, wenn er ein paar Wochen alt ist. Der klassische Christstollen ist daher relativ trocken, hat aber zugleich durch kandierte Früchte und Rosinen auch eine gewisse Saftigkeit. Daneben gibt es mehrere Abwandlungen der traditionellen Variante wie den Marzipanstollen, den Mohnstollen oder den Nussstollen. Die Basis ist dabei jeweils ein Hefeteig mit viel Butter. Äußerlich sind die meisten Stollen relativ ähnlich und sollen mit ihrem gezuckerten Äußeren an das eingewickelte Christkind erinnern.



Dreikönigs-Kuchen

Den Dreikönigs-Kuchen kennt man sowohl in verschiedenen europäischen Ländern als auch zum Beispiel in Mexiko oder Amerika in unterschiedlichen Formen und Ausprägungen als Weihnachtsgebäck. Allen Varianten gemein ist die Basis aus Hefeteig, wodurch das Ergebnis Brioche-ähnlich ist. Gelegentlich ist auch Blätterteig im Spiel. Für die weihnachtliche Note sorgen meist kandierte Früchte im Teig, wodurch der Kuchen Richtung Stollen geht, jedoch eine etwas lockere Krume aufweist. Der Tradition folgend werden in einigen Regionen Gegenstände – zum Beispiel eine Münze oder eine Bohne – mit in den Teig gebacken. Wer den Gegenstand findet, wird zum König ernannt oder soll Glück haben.



Bild: Tanja Schlund

Bild: JPS68 unter
CC BY-SA 4.0 - Wikipedia



Pompe à l'huile

Pompe à l'huile heißt auf Deutsch so viel wie „Ölpumpe“. Und der Name sagt schon eine ganze Menge über das französische Nachspeisengebäck aus, das gerne zur Weihnachtszeit vernascht wird. Durch die Zugabe von einem guten Schluck Olivenöl ist das Gebäck schön saftig. Orange verleiht ihm zudem einen weihnachtlichen Geschmack.



Zimtschnecken

Vor allem im schwedischen Raum sind Cinnamon Tea Rings, also Zimtschnecken eine beliebte Süßigkeit während der Festtage. Gerade für Leute, die keine Früchte im Kuchen mögen, sind sie eine leckere Alternative. Der gerollte Weizenteig lässt sich dennoch nach Geschmack zum Beispiel mit Rosinen oder Cranberries verfeinern. Was aber auf keinen Fall fehlen darf, ist eine ordentliche Portion Zimt. Zu lange sollten die Ringe beim Verzehr noch nicht fertig sein, denn sie schmecken am besten noch leicht warm.



Panettone

Traditionell aus Weizensauerteig hergestellt – daher kommt auch der besondere Geschmack –, ist der italienische Panettone international beliebt. Selbst in Deutschland ist der lockere Kuchen mit kandierten Früchten und Rosinen eine beliebte Süßspeise zu Weihnachten. Unverkennbar ist der Panettone durch seine Form, die durch Papiermanschetten zustande kommt, in denen der Teig gebacken wird. Eine weitere Besonderheit ist die lange Haltbarkeit von bis zu sechs Wochen. In Peru ist eine ähnliche Form Namens Panetón zu finden.



Bild: YouTube-Video <https://youtu.be/ZuQNFsr6hw>



Laufabrauð

Aus Island kommt das Laufabrauð, was auf Deutsch so viel wie Laubbrot heißt. Es handelt sich dabei um einen dünnen Teigfladen, der nur aus wenigen Zutaten besteht. Das Besondere daran ist, dass die Fladen vor dem Frittieren in heißem Fett mit Messern und speziellen Musterrollen kunstvoll verziert werden. So entstehen regelrechte Teig-Mandalas, die zum Essen eigentlich viel zu schade sind. Da der Teig traditionell ungesüßt ist, wird das Laufabrauð auch herzhaft mit feinem Fleisch verspeist.

Bobál'ky

In der Slowakei essen die Menschen zu Weihnachten gerne Bobál'ky – auch Opekance oder Pupáčky genannt. Es handelt sich dabei um relativ einfache Gebäckkugeln, die entweder in Verbindung mit einer Mohn-Honig-Soße oder mit Sauerkraut und Zwiebeln so richtig saftig und lecker werden. In ihrer puren Form werden Bobál'ky eher selten serviert, stattdessen dienen sie als süße oder herzhaft Beilage auf der Weihnachtstafel.



Bild: YouTube-Video <https://youtu.be/HnVAIKVs-UQ>



Vánočka

Das Vánočka – ausgesprochen Wanotschka – ist ein klassisches tschechisches Weihnachtsgebäck. Ähnliche Varianten sind das Vánočka aus der Slowakei, das jüdische Challa, das ungarische Fonott Kalács und andere osteuropäische Süßbrote. Es handelt sich um einen klassischen Hefe-Weißmehl-Zopf mit Rosinen und Mandeln, der mit einem Brioche-Brot vergleichbar ist. Traditionell entsteht das Vánočka aus drei Teigsträngen, die zu einem immer dünner werdenden Zopf verflochten werden. Das Vánočka soll – genau wie der deutsche Christstollen – das in Stoff gewickelte Christuskind symbolisieren.



Bild: Valesa Schell



Julekake

Der Julekake ist ein norwegischer Weihnachtskuchen, der in vielen Familien Tradition hat. Durch Rosinen und Früchte im Teig sowie seine besonderen Gewürze erhält der brotförmige Kuchen seine weihnachtliche Note. Der kompakte Teig erinnert an den deutschen Stollen, jedoch wird der Laib nach dem Backen nicht mit Zucker verziert. Außerdem wird der Weizenteig durch Butter, Schmalz und Milch saftiger. Besonders lecker schmeckt der Julekake frisch aus dem Ofen, jedoch kann man ihn auch im Vorfeld backen und vor dem Servieren kurz aufstoasten.

Kletzenbrot

Aus der Alpenregion kommt das Kletzenbrot. Kletzen sind im bayerischen und österreichischen Sprachgebrauch getrocknete Birnen, die in diesem Brot zum Einsatz kommen. Es besteht heute außerdem meist aus gemahlener Nüssen und Mandeln, die Basis bildet ein fester Rührteig, seltener ein Hefeteig. Dank seiner gehaltvollen Inhaltsstoffe kann es sowohl zum Nachmittagskaffee gereicht als auch zum Abendbrot gegessen werden.



Süsse Nikoläuse

Lievito Madre

- ▶ 50 g Anstellgut
- ▶ 50 g Weizenmehl 550
- ▶ 25 g Wasser

Anstellgut, Wasser und Mehl miteinander verkneten. Bei 30°C etwa 2-4 Stunden gehen lassen, bis sich das Volumen mindestens verdoppelt hat.

Tipp

Wer keine Lievito Madre hat, kann stattdessen einen Vorteig aus 80 g Weizenmehl 550, 40 g Wasser und 0,5 g Frischhefe nutzen, der im Kühlschrank für etwa 16-24 Stunden gereift ist.

Hauptteig*

- ▶ Lievito Madre
- ▶ 370 g Weizenmehl 550
- ▶ 50 g Roggenmehl 1150
- ▶ 60 g Wasser
- ▶ 200 g Creme Fraîche
- ▶ 75 g Zucker
- ▶ 35 g Butter
- ▶ 1 Ei (Größe M)
- ▶ 9 g Frischhefe
- ▶ 4 g Salz
- ▶ 16 Rosinen

Glasur

- ▶ 50 g Zucker
- ▶ 25 g Wasser

Während die Nikoläuse im Ofen sind, den Zucker mit Wasser aufkochen und köcheln lassen, bis der Sirup leichte Fäden zieht.

*Ergibt 8 Nikoläuse

Diese Nikolaus-Brötchen machen sich hervorragend auf einem weihnachtlichen Frühstückstisch, als Mitbringsel während der Festtage oder zum Kaffee. Für eine besondere Fluffigkeit und eine zarte Krume sorgt Creme Fraîche im Teig. Und es sind garantiert Hingucker, die nicht nur Kinder begeistern.

🕒 Alle Zutaten des Hauptteigs bis auf Zucker und Butter für 3 Minuten auf langsamer Stufe und weitere 8 Minuten auf schnellerer Stufe verkneten. Dann den Zucker in kleinen Portionen hinzufügen und weiterkneten, bis der gesamte Zucker aufgenommen ist. Zuletzt die Butter hinzufügen und weiterkneten, bis sie komplett in den Teig eingearbeitet ist. Bei langsamer Geschwindigkeit etwa 10-15 Minuten auskneten.





☉ Den Teig 90 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen. Damit sich der Teig leichter formen lässt, sollte er danach 2 Stunden in den Kühlschrank gestellt werden.

☉ Dann den Teig teilen. Es werden 8 Stücke zu je 100 g, 16 Stücke zu je 5 g und 8 Stücke zu je 2 g benötigt. Den restlichen Teig zur Seite legen.

☉ Nun aus den 5 g-Stücken acht Kugeln und acht-Teigstränge von etwa 10 cm formen. Auch aus den 2 g-Stücken Kugeln formen. Die 100 g-Teigstücke erst rundformen und dann an einer Seite spitz ausrollen, sodass eine Tropfenform entsteht.

☉ Jetzt die Spitze des Tropfens nach unten schlagen. Eine 5 g-Kugel als Bommel auf die Spitze setzen und einen Teigstrang als Mützenkante quer über die Mitte des Brötchens legen. Die überstehenden Enden des Teigstrangs unter das Brötchen schieben.

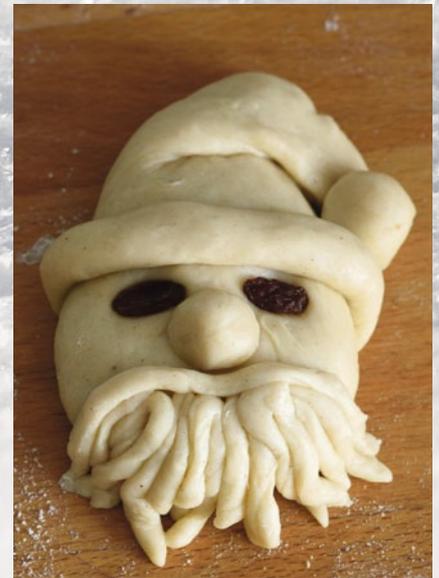
☉ Zwei Rosinen als Augen in den Teig drücken. Eine 2 g-Kugel bildet die Nase.

☉ Den restlichen Teig zu einer dünnen Platte ausrollen und in feine Streifen schneiden. Die Streifen in sich verdrehen und als Bart unterhalb der Nase auf dem Brötchen verteilen.

☉ Die fertig geformten Nikoläuse 90 Minuten gehen lassen. Etwa 30 Minuten vor Ende der Gehzeit den Ofen auf 220° Ober-/Unterhitze vorheizen.

☉ Vor dem Backen die Teiglinge mit Ei abstreichen und 12-15 Minuten mit Dampf backen.

☉ Sobald die Nikoläuse aus dem Ofen kommen, Bart, Mützenkante und Bommel mehrfach mit Zuckersirup bestreichen. 🍷



Rezept & Bilder: Stefanie Herberth

 @hefe_und_mehr

 www.hefe-und-mehr.de

Schwierigkeitsgrad: ★★★★★

Getreide: Weizen, Roggen

Triebmittel: Lievito Madre, Hefe

Teigkonsistenz: mittelfest

Zeit gesamt: 8,5-10,5 Stunden

Zeit am Backtag: 8,5-10,5 Stunden

Backzeit: 12-15 Minuten

Starttemperatur: 220°C

Backtemperatur: 220°C

Schwaden: beim Einschließen

Roggenvollkornbrot

mit Schokolade und Kirschen

Schwierigkeitsgrad:	★★☆
Getreide:	Roggen
Triebmittel:	Hefe, Sauerteig
Teigkonsistenz:	klebrig, weich
Zeit gesamt:	24,5 Stunden
Zeit am Backtag:	6,5 Stunden
Backzeit:	90 Minuten
Starttemperatur:	230°C
Backtemperatur:	180°C nach 10 Minuten
Schwaden:	beim Einschließen, nach 10 Minuten ablassen

Der fruchtige, leicht säuerliche Geschmack von Kirschen trifft bei diesem Brot auf die süßen Kakaonoten von Schokolade. Roggenvollkornschrot sorgt für eine kernige Krume und macht lange satt. Schmeckt nicht nur gut zum süßen Frühstück, sondern auch als Begleiter zum Nachmittagskaffee – statt Kuchen.

Sauerteig

- ▶ 175 g Roggenvollkornschrot (grob)
- ▶ 175 g Wasser
- ▶ 20 g Anstellgut

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

Brühstück

- ▶ 175 g Roggenvollkornschrot (grob)
- ▶ 175 g Wasser (kochend)

Das Schrot mit dem heißen Wasser übergießen, vermischen und abgedeckt mindestens 3 Stunden quellen lassen.

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Brühstück
- ▶ 235 g Roggenvollkornschrot (fein)
- ▶ 150 g Wasser
- ▶ 15 g Frischhefe
- ▶ 12 g Zuckerrübensirup
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 60 g Kakao-Nibs
- ▶ 115 g Kirschen (getrocknet)

Tipp
Roggenschrote werden in den Mühlen sehr unterschiedlich definiert. Fällt das Schrot eher fein aus, verkürzt das auch die Knetzeit. Die muss etwas länger sein, wenn das Schrot sehr grob ausfällt.

- Alle Zutaten 15-20 Minuten auf langsamer Stufe mischen.
- Den Teig 20 Minuten ruhen lassen, dann noch einmal 5-10 Minuten auf langsamer Stufe kneten.
- Den Teig lang formen, in Roggenschrot wälzen und in eine gefettete Form (30 cm) geben und etwa 60 Minuten gehen lassen.
- Den Backofen gut auf 230°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Das Brot mit Schwaden in den vorgeheizten Ofen geben. Nach 10 Minuten den Schwaden ablassen, die Temperatur auf 180°C senken und 80 Minuten zuende backen. ■



Rezept & Bild:
Akademie Deutsches
Bäckerhandwerk





Rezept & Bilder:
Margarete Maria Preker

 @imagina_von_rosenberg

 /ImaginaVonRosenberg

 www.brotpassion.de

Besinnliche Zwetschge

Puristisch in der Zubereitung, aber aromatisch im Geschmack: Die Süße der Zwetschgen harmoniert mit den warm-würzigen Gewürzen der Weihnachtszeit. Frischer Orangensaft verleiht der Konfitüre eine süß-säuerliche Note. Zusammen bilden sie eine köstliche Liaison. Die besinnliche Zwetschgenkonfitüre ist ein aromatischer Begleiter zum Frühstück – nicht nur in der Weihnachtszeit.

- Zwetschgen waschen, abtrocknen und entkernen.
- Dann die Zwetschgen in einen großen Topf geben und pürieren.
- Alle weiteren Zutaten – bis auf den Gelierzucker – dazugeben, gut verrühren und 2-4 Stunden ziehen lassen.
- Anschließend den Gelierzucker in den Topf schütten, aufkochen und die Masse für etwa 5 Minuten köcheln lassen. Danach zur Gelierprobe einen Teelöffel der Fruchtmasse auf einen kalten Teller geben und kurz warten. Die Masse sollte recht schnell fest werden. Falls das nicht der Fall ist, nochmals für 1-2 Minuten kochen.
- Wenn die Gelierprobe gelingt, die Zimtstange entfernen und den Aufstrich in saubere Gläser abfüllen. ■

Zutaten

- ▶ 400 g Zwetschgen (entkernt)
- ▶ 75 g Orangensaft (frisch gepresst)
- ▶ 25 g Zitrone (frisch gepresst)
- ▶ 1/2 Zimtstange
- ▶ 1-2 g Spekulatius-Gewürz
- ▶ 1 g Vanille (gemahlen)
- ▶ 1/2 Tonkabone (gerieben)
- ▶ 250 g Gelierzucker 2:1





Bröggchen

Diese kleinen Keks-Kugeln aus Roggen-Mehl und Sauerteig-Resten werden durch Honig, Orangenschale, Zimt, Vanille-Zucker und Kakao zu einem schmackhaften Gebäck, das für frischen Wind auf dem Plätzchen-Teller sorgt.



Cappuccino-Rosinen-Stuten

Ob zum Frühstück oder am Nachmittag: Kaffezeit ist immer. Gerade während der Festtage gehört Kaffee einfach dazu. Bei diesem lecker-fluffigen Cappuccino-Rosinen-Stuten kommt dem belebenden Getränk gleich doppelte Bedeutung zu. Denn er schmeckt nicht nur dazu, sondern ist auch eine der Zutaten. Entsprechend aromatisch ist er.

Apfelbrot

Der Duft von gebackenen Äpfeln und Zimt ist nicht nur in der Weihnachtszeit ein festlicher Appetitanreger. In einem fluffigen Hefeteig bereichern die markanten Aromen jede Kaffeetafel – besonders in der Winterzeit.

Brot, Bier und Wein clever kombiniert

Feste sind meist auch ein Anlass, um sich ein Glas Wein oder ein Bier zu gönnen. Wie beim guten Steak oder Fisch, gibt es auch beim Brot einige Grundregeln, wie man den richtigen Wein oder das richtige Bier zum Brot auswählt und das Geschmackserlebnis intensiviert.



Feiertags-Fougasse

Der Teig dieser festlichen Fougasse wird in einer flachen Backform mit einer Teigkarte eingeschnitten, sodass sich mehrere „Zweige“ bilden. Der schokoladige Sauerteig verleiht eine angenehme Kakaonote, geröstete Haselnüsse sorgen für einen kräftigen Biss und Apfelstückchen versüßen den Geschmack.



Kreative Ideen

Brot ist insbesondere zu festlichen Anlässen mehr als nur eine Beilage. Richtig in Szene gesetzt, wird daraus ein Hauptdarsteller auf dem Tisch. Ob mit leckerem Topping als Vorspeise, zum Dippen und Belegen für Fondue und Raclette oder mit süßer Füllung – es gibt viele Möglichkeiten, Brot zu besonderen Anlässen zu genießen.

Julekake

Julekake ist in Norwegen ein typischer Kuchen, der vor allem an Weihnachten zum Nachtsch serviert wird. Dieses Rezept enthält die traditionellen Zutaten, aber nur ganz wenig Hefe und Lievito Madre. Viel Butter, Zitronat, Orangeat, Rosinen und getrocknete Sauerkirschen sorgen für einen fruchtig-buttrigen Geschmack. Der Julekake ist auch ein tolles Gastgeschenk während der Feiertage.



Glutenfreie Lebkuchen

Was wäre die Weihnachtszeit nur ohne richtig leckere Lebkuchen? Diese Variante kommt vollkommen ohne raffinierten Zucker aus, sodass man sie (fast) ganz ohne Reue genießen kann.



Weihnachtliche Flammkuchen

Mit diesem Rezept verwandeln sich einige Reste vom Weihnachtsmenü in ein neues und kreatives Essen, das super zu geselligen Runden passt. Hier kommen unter anderem Grünkohl, Klöße und Mettenden zum Einsatz, wodurch man unweigerlich an Weihnachten denkt.

Festlich Backen

Das Magazin für Brot, Kuchen und Kekse für die Weihnachtszeit



Weihnachtszeit ist Backzeit. Früchtebrot, Stollen, Kekse, Kuchen und allerlei andere Leckereien dürfen auf keiner festlichen Tafel fehlen. Neben den Klassikern gibt es aber auch jede Menge weitere kreative Backideen in „Festlich Backen“. Würzige, fruchtige und nussige Aromen – sie sind die Hauptdarsteller im neuen Sonderheft aus der BROT-Redaktion. Die einfachen Rezepte lassen auch Einsteiger Gebäck zaubern, das nicht nur während der Feiertage schmeckt. Vom traditionellen Panettone über herzhaftes Hauptspeisen bis hin zu süßen Aufstrichen ist für jeden Geschmack etwas dabei. Kulinarik-Experten geben darüber hinaus Auskunft, welche Aromen besonders gut harmonieren und ein Ernährungsexperte erklärt, wieso es zu Weihnachten immer so gut schmeckt – und warum man deswegen kein schlechtes Gewissen haben muss.

Jetzt bestellen:

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



Vier einfache Keks-Klassiker

Kekse gehören zu Weihnachten wie die Butter zum Brot. Für viele sind der Geruch von frisch-gebackenen Keksen und der Geschmack von rohem Plätzchenteig schöne Kindheitserinnerungen. Diese vier Rezepte lassen einem das Wasser im Mund zusammenlaufen, sorgen für Vielfalt auf dem Naschteller und sind schnell und einfach gemacht.

Orangen-Florentiner

Zutaten*

- ▶ 12 g Butter
- ▶ 125 g Orangensaft (frisch gepresst)
- ▶ 60 g Zucker
- ▶ 60 g Mandelblättchen
- ▶ 60 g Haferflocken Vollkorn
- ▶ 10 g Zitronat
- ▶ 10 g Orangeat

● Zitronat und Orangeat ganz klein hacken.

● Alle übrigen Zutaten in einen beschichteten Topf geben und unter ständigem Rühren langsam aufkochen. Dann für weitere 3 Minuten leise simmern lassen.

● Topf vom Herd nehmen, das Orangeat und Zitronat zugeben und gut durchrühren.

*Ergibt etwa 20 Stück

● Ein Backblech mit Backpapier belegen und mit zwei Teelöffeln kleine Teighäufchen auf das Papier setzen und vorsichtig flachdrücken.

Tipp

Wer möchte, kann die Florentiner nach dem Erkalten auf der Unterseite mit geschmolzener Schokoladenkuvertüre bestreichen.

● Bei 180°C Ober-/Unterhitze 5-7 Minuten backen. Die Ränder werden dabei leicht braun. ■



Rezepte & Bilder:
Gerda Göttling

Schwarzwälder Tannen



● Marzipan-Rohmasse reiben, Puderzucker sieben und beides zusammen mit den restlichen Zutaten zu einem Teig verkneten. Dabei das Eiweiß nach und nach zugeben, sodass ein bindiger Teig entsteht.

● Den Teig in Frischhaltefolie einwickeln und für 20-30 Minuten kalt stellen.

● Auf die Arbeitsplatte die gemahlene Mandeln streuen und den Teig etwa 5 mm dick ausrollen, kleine und große Bäumchen ausstechen, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und im vorgeheizten Backofen bei 180°C 12 Minuten backen.

● Die abgekühlten Kekse mit der Glasur bestreichen und mit den gehackten Pistazien bestreuen. ■

Zutaten*

- ▶ 200 g Marzipan-Rohmasse
- ▶ 100 g Puderzucker
- ▶ 100 g Mandeln (fein gemahlen)
- ▶ 50 g Eiweiß
- ▶ 15 g Kakaopulver
- ▶ 10 g Ceylon-Zimt (gemahlen)

Glasur

- ▶ 100 g Puderzucker
- ▶ 20 g Eierlikör

Die Zutaten mit einer Gabel verrühren.

Zum Bestreuen

- ▶ 100 g Pistazien (gehackt)
- ▶ 100 g Mandeln (gemahlen)

*Ergibt etwa 25-30 Stück



Springerle



- Die Eier trennen.
- Von der Zitrone etwas Schale abreiben.
- Die vier Eiweiße mit dem Schneebesen kräftig aufschlagen. Zuerst den zweimal gesiebten Puderzucker langsam hinzugeben und danach den Zitronenabrieb.
- Die Masse auf schneller Stufe knapp 10 Minuten aufschlagen lassen, danach im langsamen Gang weiterlaufen lassen.
- Die vier Eigelbe, das Kirschwasser, und eventuell gemahlene Anis zufügen.
- Mehl mit dem Hirschhornsalz mischen und ganz langsam löffelweise dazu geben. Der Teig sollte weich aber nicht flüssig sein.
- Der Teig für mehrere Stunden im Kühlschrank kalt stellen.
- Danach den Teig auf einer mit Speisestärke bestreuten Unterlage 1 cm dick ausrollen und dann einen leicht mit Speisestärke ausgepinselten Model (Teigform) eindrücken. Die Springerle mit einem Teigroller oder einem Messer ausschneiden.
- Die Springerle aufs gefettete, leicht bemehlte Backblech mit ganzem, gestoßenem Anis geben und bei Raumtemperatur mindestens 12 Stunden ruhen lassen.

Zutaten*

- ▶ 4 Eier (Größe M, Raumtemperatur)
- ▶ 500 g Puderzucker
- ▶ 500 g Weizenmehl 405
- ▶ 10 g Kirschwasser
- ▶ 1 Zitrone (Bio)
- ▶ 1 g Hirschhornsalz
- ▶ Anis (ganz und gemahlen)
- ▶ Speisestärke



*Ergibt etwa 50 Stück

- Den Springerleboden leicht mit Wasser abstreichen. Dabei darauf achten, dass die Oberseite unter keinen Umständen Wasser abbekommt.
- Die getrockneten Kekse im vorgeheizten Backofen bei Ober-/Unterhitze 135°C 21 Minuten backen. ■

Haselnuss-Schiffchen

Zutaten*

- ▶ 250 g Haselnüsse
- ▶ 130 g Puderzucker
- ▶ 3 Eiweiße (Größe M)
- ▶ 8 g Vanillezucker
- ▶ 1 Prise Salz
- ▶ 1/2 Orange (Bio)
- ▶ 1/2 Zitrone (Bio)

*Ergibt etwa 40-50 Stück

- Haselnüsse fein mahlen.
- Die Schalen von Zitrone und Orange dünn abreiben.
- Eiweiße mit der Prise Salz aufschlagen und langsam den Zucker und dann den Vanillezucker dazugeben. Die Masse schaumig aufschlagen, sie sollte sehr steif sein.
- Geriebene Haselnüsse und den Abrieb der Früchte dazugeben, vorsichtig unterziehen. Die Masse für 30 Minuten ruhen lassen.
- Mit Hilfe von zwei Teelöffeln kleine Schiffchen abstechen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech setzen.
- Die Plätzchen über Nacht bei Raumtemperatur trocknen lassen.
- Im vorgeheizten Backofen bei 170°C Ober-/Unterhitze 8-10 Minuten backen. ■



Tipp

Eine Schüssel mit Wasser, in der man die Teelöffel regelmäßig befeuchtet, ist hilfreich beim Formen der Schiffchen.





Rezept & Bilder:
Tanja Schlund

 @schlundisworld

 /Schlundis.Blog

 www.schlundis.com

Weihnachts-Baguette

Dieses Baguette passt mit seinen Aromen von Sultaninen und Mandeln bestens in die Weihnachtszeit. Die Kombination aus der Süße der Beeren und dem Knackigen der Nüsse ist ideal zu Käse, zum Beispiel beim Raclette oder Fondue. Die lange, kalte Teigführung bringt viel Geschmack und am Backtag ist kaum Vorbereitung nötig.

Schwierigkeitsgrad: ☆☆☆

Getreide: Weizen

Triebmittel: Hefe

Teigkonsistenz: weich

Zeit gesamt: 17,5-20,5 Stunden

Zeit am Backtag: 1 Stunde

Backzeit: 25-28 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 210°C
nach 10 Minuten

Schwaden: beim Einschießen,
nach 10 Minuten ablassen

☉ Das Wasser in eine Schüssel geben und die Hefe darin auflösen. Das Mehl einsieben und das Salz, die eingelegten Sultaninen sowie die Mandeln zugeben.

☉ Mit einem Kochlöffel den Teig etwa 5 Minuten klümpchenfrei zu einer homogenen Masse verrühren und mit Mehl bestäuben.

☉ Die Schüssel abgedeckt 2 Stunden bei Zimmertemperatur stehen lassen. Im Anschluss in den Kühlschrank stellen und dort 12-16 Stunden ruhen lassen.

☉ Die Arbeitsfläche ausreichend bemehlen, den Teig auf die Arbeitsfläche kippen, ebenfalls mit Mehl bestäuben und mit einer Teigkarte dritteln. Die Teiglinge länglich formen, aber dabei den Teig nicht mehr kneten.

☉ Die Baguettes auf ein Backblech legen, einschneiden und etwa 20 Minuten ruhen lassen. Währenddessen den Backofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Baguettes unter Schwaden einschießen. 10 Minuten anbacken, dann den Schwaden ablassen, die Temperatur auf 210°C reduzieren und 15-18 Minuten fertig backen. ▣

Einlage

▶ 70 g Sultaninen

▶ 30 g Amaretto

Die Sultaninen 2-3 Stunden in Amaretto einlegen

Zutaten

▶ 600 g Weizenmehl T65 (alternativ Weizenmehl 550)

▶ 450 g Wasser (kalt)

▶ 100 g Mandeln (gestiftet)

▶ 12 g Salz

▶ 4 g Frischhefe



Spekulatius-Aufstrich

Zutaten

- ▶ 200 g Gewürzspekulatius
- ▶ 2 g Zimt
- ▶ 2 g Spekulatius-Gewürz
- ▶ 1 g Vanille (gemahlen)
- ▶ 125 g Sahne
- ▶ 50 g Agavendicksaft
- ▶ 60 g Kokosnussöl

Rezept & Bilder:
Margarete Maria Preker

 @imagina_von_rosenberg

 /ImaginaVonRosenberg

 www.brotpassion.de

Dieser Aufstrich bietet gewissermaßen Spekulatius-Kekse zum Löffeln. Was für echte Naschkatzen fast zu schön klingt, um wahr zu sein, wird mit wenigen Handgriffen Wirklichkeit. Der Aufstrich ist einfach und schnell in der Zubereitung, schmeckt lecker zum Frühstück, zwischendurch aufs Brot oder heimlich schnell vom Löffel.

 Die Spekulatius-Kekse im Mixer zerkleinern. Das Kekspulver in eine Schüssel geben und die restlichen Zutaten hinzufügen. Mit den Händen gut vermengen und in Gläser füllen. 

Tipp

Wer keine Spekulatius-Kekse im Haus hat, kann Vollkornkekse verwenden und mit einem weiteren Teelöffel Spekulatius-Gewürz für das richtige Aroma sorgen.

Schwierigkeitsgrad:	★★★★
Getreide:	Dinkel
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	bindig
Zeit gesamt:	2 Stunden
Zeit am Backtag:	2 Stunden
Backzeit:	40 Minuten
Starttemperatur:	180°C
Backtemperatur:	180°C
Schwaden:	nein

Stollen

Rezepte & Bilder:
Siegfried Brenneis

Stollen ist der wohl klassischste Weihnachtskuchen. Sein Geschmack polarisiert: Einige lassen nichts auf das kompakte Süßgebäck kommen, andere mögen es gar nicht. Doch man sollte nicht alle Stollen über einen Kamm scheren. Es gibt schließlich viele verschiedene Varianten. Für BROT hat Deutschlands Stollenbäcker Nummer 1, Siegfried Brenneis, zwei ganz besondere Rezepte entwickelt.

Vorteig

- ▶ 150 g Dinkelmehl 630
- ▶ 50 g Frischhefe
- ▶ 130 g Milch

Zunächst 3 Minuten auf langsamer Stufe, dann weitere 3 Minuten auf schnellerer Stufe verkneten. Den Vorteig 30 Minuten bei Raumtemperatur zur Ruhe stellen.

Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ 350 g Dinkelmehl 630
- ▶ 200 g Butter
- ▶ 20 g Orangensaft
- ▶ 100 g Orangeat (zerkleinert)
- ▶ 30 g Marzipan
- ▶ 50 g Zucker
- ▶ 20 g Eigelb
- ▶ 5 g Salz
- ▶ 2 g Vanillemark
- ▶ 1 Zitrone
- ▶ Orangenmarmelade

Marzipanfüllung

- ▶ 500 g Marzipanrohmasse
- ▶ 50 g Orangensaft
- ▶ 50 g Semmelbrösel
- ▶ 30 g Eiweiß
- ▶ 30 g Orangenlikör
- ▶ 100 g Orangeat (zerkleinert)

Alle Zutaten miteinander vermischen und gegebenenfalls noch etwas Orangensaft hinzufügen, damit die Masse schön streichfähig wird.

Orangen-Dinkelstollen

☉ Für den Hauptteig etwa 2 g der Zitronenschale abreiben. Zusammen mit allen anderen Zutaten sowie dem Vorteig 3 Minuten auf langsamer Stufe vermischen, danach 3 Minuten auf schnellerer Stufe verkneten. 10 Minuten bei Raumtemperatur ruhen lassen.

☉ Den Teig zu Stücken von je 250 g abwägen, rundformen und langrollen. 10 Minuten bei Raumtemperatur ruhen lassen.

☉ Jedes Stück auf etwa 18 x 25 cm ausrollen, mit 200 g Marzipanfüllung bestreichen, aufrollen und in einen ovalen Ring (18 x 12 cm) oder in eine geeignete Backform legen.

☉ In den auf 180°C vorgeheizten Backofen bei Ober-/Unterhitze geben und 40 Minuten backen.

☉ Nach dem Backen die Orangenstollen noch warm mit Orangenmarmelade und Zuckerguss (50 g Puderzucker mit 5-10 g Wasser verrührt) bestreichen und nach Geschmack mit kleingehacktem Orangeat bestreuen sowie eventuell mit dunkler Kuvertüre verzieren. 🍯



Physalis-Cashew-Dinkelstollen

Schwierigkeitsgrad:	★★★
Getreide:	Dinkel
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	bindig
Zeit gesamt:	2,5 Stunden
Zeit am Backtag:	2,5 Stunden
Backzeit:	40 Minuten
Starttemperatur:	180°C
Backtemperatur:	180°C
Schwaden:	nein



☉ Für den Hauptteig etwa 2 g der Zitronenschale abreiben. Zusammen mit allen anderen Zutaten sowie dem Vorteig 4 Minuten auf langsamer Stufe vermischen, danach 1 Minuten auf schnellerer Stufe verkneten. 10 Minuten bei Raumtemperatur ruhen lassen.

☉ Nach der Teigruhe die Physalis-Cashewkern-Füllung langsam unter den Teig kneten und danach 10 Minuten bei Raumtemperatur ruhen lassen.

☉ Den Stollenteig zu 600 g-Stücken abwägen, rundformen, langrollen und in eine gefettete Kastenformen legen. 10-15 Minuten bei Raumtemperatur ruhen lassen.

☉ Nach der Ruhezeit in den auf 180°C vorgeheizten Backofen bei Ober-/Unterhitze geben und 40 Minuten backen.

☉ Nach dem Backen die Stollen noch warm mit aufgelöster Butter bestreichen.

☉ Nach dem völligen Abkühlen mit der weißen Kuvertüremischung überziehen und nach Geschmack mit dunkler Kuvertüre verzieren. 🍯

Vorteig

- ▶ 150 g Dinkelmehl 630
- ▶ 130 g Milch
- ▶ 50 g Hefe

Die Zutaten 4 Minuten langsam vermischen, dann 3 Minuten auf schnellerer Stufe verkneten. Im Anschluss 30 Minuten bei Raumtemperatur zur Ruhe stellen.



Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ 450 g Dinkelmehl 630
- ▶ 250 g Butter
- ▶ 75 g Milch
- ▶ 60 g Zucker
- ▶ 50 g Marzipan
- ▶ 50 g Honig
- ▶ 8 g Salz
- ▶ 1 Ei (Größe M)
- ▶ 3 g Zimt
- ▶ 2 g Vanillemark
- ▶ 1 Zitrone

Zum Bestreichen

- ▶ 200 g Kuvertüre (weiß)
- ▶ 20 g Pflanzenfett

Kuvertüre und Fett zusammen bei schwacher Hitze in einem Topf auflösen und gut verrühren.

Füllung

- ▶ 350 g Physalis (getrocknet)
- ▶ 250 g Cashewkerne
- ▶ 300 g Milch

Cashewkerne mit 300 g Milch übergießen, 10 Minuten quellen und im Sieb abtropfen lassen.

Let the Teddy Bears Do Your Baking



A Teddy Bear Cuckoo Call Free to All

This is something entirely new. It will delight and amuse the children more than any novelty ever invented.

FREE On Wednesday
Only

A TEDDY BEAR, made from a brown composition that looks as natural as life will be given absolutely free with one large loaf or two small loaves of



Wagner's Teddy Bear Bread

The Teddy Bear Cuckoo Call is a perfect imitation of a real cuckoo call.

The immense sale of this Bread is proof positive that the people appreciate a good article.

EVERY LOAF OF
TEDDY BEAR BREAD IS WRAPPED
IN WAX PAPER.



DO IT NOW.

Ask your grocer at once to save you one large or two small loaves of WAGNER'S TEDDY BEAR BREAD for Wednesday. Tell him at once so you will be sure to get this great novelty and the finest loaf of bread you ever bought.

WAGNER BAKING CO.

Einfallsreiche **Marketing-Strategie**

DER BÄR mit dem BROT

Seit Bäckerinnen und Bäcker ihr Handwerk professionell anbieten, ringen sie um die Kundenschaft. Dabei sind die Backwaren ihr bestes Argument. Die müssen aber erstmal probiert werden. Um die Menschen dazu zu bringen, gibt es tausende Werbestrategien. Die Wagner Baking Company aus den USA hat sich – vermutlich erstmals im Jahre 1904 – einen ganz besonderen Werbeträger ausgesucht: den Brot-Bär.

Die zur Bäckereikette angewachsene Firma warb mit dem gereimten Slogan „Every bite a delight“ (Jeder Biss ein Genuss) und benutzte bereits 1904 metergroße, gegliederte Mohairbären als Schaufensterdekoration, die nicht öffentlich im Handel erhältlich waren. Einige Quellen sprechen auch von nur 76 Zentimeter großen Brot-Bären, die es eventuell auch zusätzlich zu dem Meterbären gegeben hätte.

All diese Bären gehören zu den frühesten Werbemitteln mit Teddybären. Es sollte sich als die erfolgreichste Werbekampagne der Firma erweisen, die fortan „Teddy Bear Bread Company“ genannt wurde.

Wagner war ein deutschstämmiger Unternehmer. Und so beobachtete er wohl besonders interessiert das Geschehen in der alten Heimat, wo Richard Steiff 1902 den Teddybären erfand, wie man ihn bis heute kennt. Wahrscheinlich war er der erste Amerikaner, der nach dem Vorbild der deutschen Erfolgsbären von Steiff eigene Adaptionen anfertigen ließ.

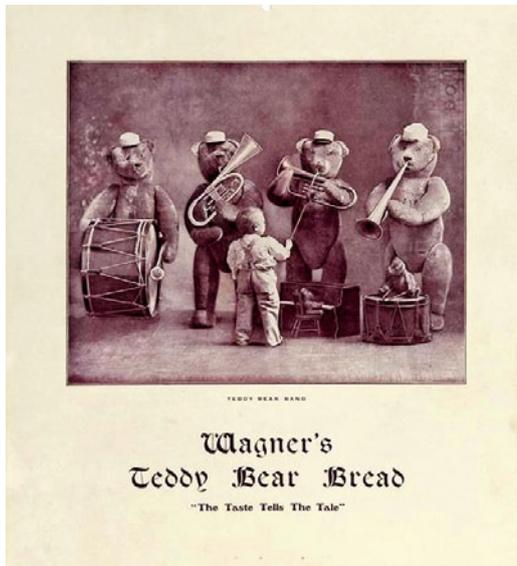
Die amerikanischen Teddybärsammler Terry und Doris Michaud entdeckten 1981 einen solchen 101 Zentimeter großen Brot-Bären, der in ihrem „Carousel Museum“ in Chesaning, Michigan, zu Gast war. Das Foto rechts des Teddy Bear Bread-Bären von Terry und Doris Michaud zeigt links den Hauptbären der beiden Teddysammler – The Professor – der in dem dazugehörigen Zeitschriftenartikel über



Dieses Foto des Teddy Bear Bread-Bären war auf dem Titelbild der amerikanischen Zeitschrift „The Teddy Bear and friends“ 1/1986 abgebildet



Ein Pferdekutschen-Lieferwagen der Firma Wagner Baking Company auf einer Postkarte, der vor einer Laden-Filiale steht. Der Größenvergleich des Bären mit dem am Wagen stehenden Fahrer lässt seine Größe auf etwa 150 Zentimeter schätzen

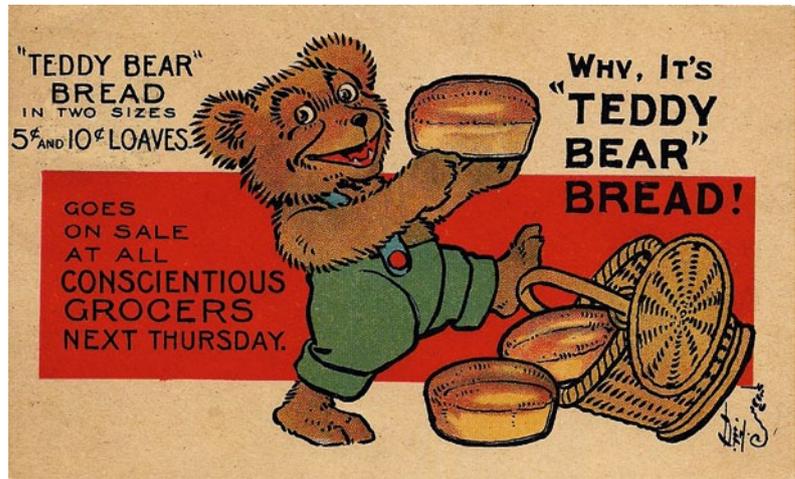


Diese Pappe diente als Kalenderrückwand und legt den Verdacht nahe, dass die Bären auch in 150 Zentimeter Größe zu Werbezwecken genutzt wurden

das Teddybär-Brot den großen, hier neben ihm sitzenden Teddy Bear Bread-Bären interviewt. Der Pferdewagen mit dem Aufdruck der Firma sowie die mit „TB“ für Teddy Bear Bread bedruckten Kisten stammen ebenfalls aus der Sammlung der Michauds. Von



Der zum Markenzeichen gewordene Gliederbär schmückt auf einem Foto die modernen Lieferfahrzeuge und ist zum Logo der Firma mutiert



Es gab verschiedene Postkarten mit Werbung für Teddybär-Brot, abgestempelt zwischen 1909 und 1910

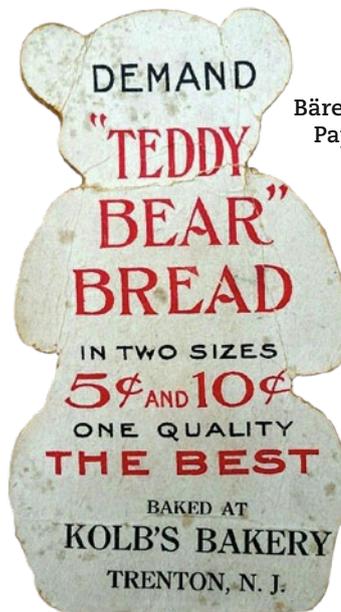
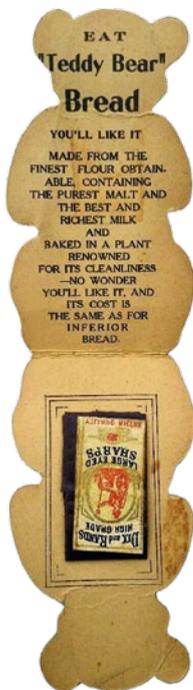
seiner Provenienz her ordnen die Michauds den Bären als sehr frühen deutschen oder amerikanischen Teddybären ein. Seine enorme Größe von 101 Zentimetern macht ihn ziemlich einmalig, als Brot-Bär soll es lediglich fünf Exemplare davon gegeben haben.

Eine jetzt aufgefundene Echtfoto-Postkarte aus Detroit, USA, erweitert das Wissen: Die Bären standen nicht nur im Schaufenster, sie durften selbst die Lieferwagen chauffieren, zumindest für ein Foto. Auf dieser Postkarte ist ein Pferdewagen-Lieferwagen der Firma Wagner Baking Company zu sehen, der vor einer Laden-Filiale steht. Auf dem Kutschbock steht ein großer gegliederter Teddybär, der eine den Wagen überragende Fahne in der Pfote hält, auf der „Teddy Bear Bread“ zu lesen ist. Der Größenvergleich mit dem am Wagen stehenden Fahrer lässt seine Größe auf etwa 150 Zentimeter schätzen. Es gab die Bären also nicht nur in 76 und 101 Zentimeter Größe, sondern auch noch in menschlichen Dimensionen. Da die Postkarte nicht datiert und ihre Rückseite unbeschrieben ist, lässt sich die Entstehungszeit zwischen 1905 und 1909 schätzen. Es ist jedoch nicht das einzige bisher bekannte Foto aus der aktiven „Arbeitszeit“ der Riesen-Bären.

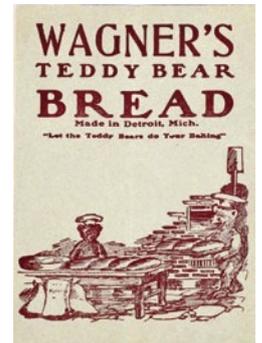
Bekräftigt wird die Existenz dieser Maxi-Bären durch den Fund einer mit einem Foto bezogenen Pappe, die als Kalenderrückwand diente. Sie ist mit dem Bild einer „Teddy Bear Band“ und Werbung für die Bäckereikette



Dieser Münzhalter für die beliebte One-Cent-Münze mit dem Indianerkopf von 1908 besteht aus Aluminiumguss. Er zeigt auch Bärenumrisse, und zwar mit kurios gestalteten Füßen, deren Sohlen dem Betrachter entgegen gestreckt werden. Auf der Vorderseite steht „Bear Us In Mind“, was man als Aufforderung und Erinnerung mit „Denken Sie an uns“ übersetzen kann. Das Wortspiel mit dem Wort Bear ist im Deutschen nicht nachvollziehbar. Dreht man das Objekt um, kann man lesen, an wen oder was man denken soll: Das Teddy Bear-Brot von Kolb's Bakeries in Philadelphia, eine der vielen Filialen von Wagner's



Werbegeschenk der Firma Wagner: Ein Nadelbriefchen versteckt sich in der in Bärenform ausgeschnittenen Klappfigur aus Pappe, die einen nähenden Bären darstellt



„Let the Teddy Bears do Your Baking“ – Lass die Teddybären für Dich backen

versehen: „The Taste Tells The Tale“ (Der Geschmack erzählt die Geschichte). Der kleine Junge, der die Band dirigiert, lässt die Bandmitglieder ebenfalls etwa auf 150 Zentimeter schätzen. Auch ein Foto mit einem motorisierten Lieferwagen der Firma Wagner ist ein neuer Fund. Der zum Markenzeichen gewordene Gliederbär schmückt die modernen Lieferfahrzeuge und ist zum Logo der Firma mutiert.

Die Bäckereikette Wagner war mindestens in den Jahren bis 1910 sehr erfolgreich mit ihrem Bärenmaskottchen. Viele Werbeartikel mit Bären oder sogar in Bärenform kamen in diesen Jahren in Umlauf. So auch zu sehen in „The Detroit Free Press“ vom 11. Mai 1909. Es gab außerdem verschiedene Postkarten mit Werbung für Teddybär-Brot, abgestempelt zwischen 1909 und 1910. Die signierten Karten sind vom Designer William Wallace Denslow für die Teddy Bear Bread Company Detroit gestaltet worden und erzählen in einer Serie aus fünf Stück die Geschichte eines Teddybären, der ein Laib Brot findet und erfolgreich verkauft.



Zeitungswerbung der Wagner Baking Company – mit dem Teddy Bear Bread-Bären

Der Brot-Bär blieb über Jahre das Maskottchen der in verschiedenen amerikanischen Städten niedergelassenen Bäcker-Firma Wagner und hat so sicherlich auch zum Siegeszug des Teddybären und zur Erhöhung seines Bekanntheitsgrads in den Vereinigten Staaten von Amerika beigetragen. Wie auch zum wirtschaftlichen Erfolg der Bäckerei.

Eigens zu Werbezwecken wurde die Firma „Baker's Publicity Company“ gegründet. Sie ist auch der Herausgeber einiger Heftchen mit Geschichten. Ein sechzehnteiliges Werbeheft für Teddy Bear Bread mit Illustrationen des damals sehr bekannten und beliebten William Wallace Denslow hatte besonders viel Erfolg. Die Geschichte für Kinder erzählt von zwei Teddybären, die Brot für alle Menschen backen wollen. „Let the Teddy Bears do Your Baking“ – Lass die Teddybären für dich backen, heißt es auf dem Titelblatt eines anderen Booklets, das Bären mit Kochmütze in einer Bäckerei zeigt. Aber auch die Geschichte der Teddybären wird dargestellt, und damit geht die Publikation schon weit über reine Werbezwecke hinaus. 📖

LESETIPP

Wer mehr über das Thema Teddybären erfahren möchte, findet viel Wissenswertes dazu in **TEDDYS kreativ**, dem BROT-Schwestermagazin für Sammler und Selbermacher. Es erscheint sechsmal jährlich. Internet: www.teddys-kreativ.de



Salz reduziert
trotzdem lecker ↓



Rotkohl-Laib

Brot und Rotkohl sind auf den ersten Blick kein natürliches Paar. Und sicher wird dieses Brot auch kein Pausen-Klassiker. Aber zum Raclette, Fondue oder mit einer interessanten Käseauswahl ist dieser Laib ein überzeugender Begleiter.

● Alle Zutaten – außer den Rotkohl – 5 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann etwa 15 Minuten auf schnellerer Stufe kneten, bis der Teig beim Fenstertest schön elastisch ist.

● Den gut ausgewrungenen Rotkohl zum Teig geben und etwa 5 Minuten langsam unterkneten.

● 90 Minuten Gare bei Raumtemperatur, dabei alle 30 Minuten dehnen und falten.

● Den Teig langwirken und 35 Minuten mit Schluss nach oben im gut bemehlten Gärkorb ruhen lassen.

● Den Teigling aus dem Gärkorb stürzen, einschneiden und in den gut vorgeheizten Ofen geben. Bei 250°C mit Schwaden anbacken, die Temperatur nach 10 Minuten auf 230°C senken, 40 Minuten zu Ende backen. ■

Vorteig (Poolish)

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

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

Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ 300 g Weizenmehl 550
- ▶ 120 g Wasser (eiskalt)
- ▶ 5 g Frischhefe
- ▶ 9 g Salz
- ▶ 200 g Rotkohl (gekühlt, aus dem Glas)



Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	☆☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	bindig
Zeit gesamt:	16-22 Stunden
Zeit am Backtag:	3,5 Stunden
Backzeit:	50 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	230°C nach 10 Minuten
Schwaden:	beim Einschließen, nach 10 Minuten ablassen

Rezept: Sebastian Marquardt
Bild: Jan Schnare

Roggenblock

Salz reduziert
trotzdem lecker

Sauerteig

- ▶ 200 g Roggenmehl 1370
- ▶ 200 g Wasser (warm)
- ▶ 10 g Anstellgut

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

Kochstück

- ▶ 150 g Roggenkörner
- ▶ 400 g Wasser

Die Körner etwa 30 Minuten kochen, dann abgießen und bis zu 20 Stunden abkühlen lassen.

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Kochstück
- ▶ 400 g Roggenmehl 1370
- ▶ 310 g Wasser (warm)
- ▶ 9 g Salz (grob)

Mit der kühleren Jahreszeit hält auch wieder mehr Roggen Einzug in die Brotbäckerei. Sein rustikales Aroma im Zusammenspiel mit einem guten Sauerteig wärmt Gaumen und Seele. Dieses Brot bedient sich eines helleren Mehls, verbindet es aber mit gekochten Körnern, die ihm neben einem Mehr an Aroma vor allem einen guten Biss verleihen.

☉ Alle Zutaten – außer das Salz – 15 Minuten auf niedrigster Stufe mischen. Das Salz hinzugeben, weitere 2 Minuten auf zweiter Stufe zu einem weichen, aber bindigen Teig mischen.

☉ 60 Minuten bei ca. 24°C nachquellen lassen.

☉ Den Teig in eine gefettete Kastenform (30 cm) geben, die Oberfläche mit Wasser abstreichen und 90-120 Minuten bei ca. 24°C gehen lassen (Vollgare).

☉ Nochmals mit Wasser benetzen und bei 250°C fallend auf 200°C etwa 60 Minuten mit Dampf backen. ■

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Roggen
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	weich
Zeit gesamt:	16-21 Stunden
Zeit am Backtag:	4-5 Stunden
Backzeit:	60 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	200°C, nach 10 Minuten
Schwaden:	beim Einschließen, nach 10 Minuten ablassen

Rezept: Sebastian Marquardt
Bild: Jan Schnare



Voller Fluff



Rezept: Sebastian Marquardt
Bild: Jan Schnare

Reichhaltiges Brot muss nicht immer schwer sein. Es geht auch fluffig. Hauptzutat dieses Brotes ist Ruchmehl. Die Schweizer Spezialität enthält mindestens 80% Schalenanteile. Viel kommt dabei von der äußeren Schalenschicht. Das macht das Mehl so aromatisch. Ergänzt wird es mit Roggen-Vollkornschrot. Gekauft oder aus der eigenen Mühle bringt das nochmal ein Plus an Aroma. Gut fermentiert überzeugt das Brot trotz all der Reichhaltigkeit mit einer luftigen Krume.

☉ Ruchmehl, Wasser und Salz 5 Minuten langsam, dann 5 Minuten schneller zusammenkneten.

☉ Den Sauerteig hinzugeben und 5-10 Minuten auf höherer Stufe unterkneten, bis der Teig bindig ist.

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

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

☉ Den Teigling aus dem Gärkorb stürzen, einschneiden und bei 250°C fallend auf 220°C mit Dampf 50 Minuten backen. 🍞

Tipp

Anstelle von Ruchmehl kann man eine Mischung (50/50) von Weizenmehl 1050 und Vollkorn nutzen.

Eine schnelle Version dieses aromatischen Brotes findest Du auf Seite 124.

Sauerteig

- ▶ 200 g Roggenschrot (fein)
- ▶ 200 g Wasser (warm)
- ▶ 20 g Anstellgut

Die Sauerteigzutaten verrühren und etwa 12-20 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur reifen lassen.

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 400 g Ruchmehl
- ▶ 300 g Wasser (eiskalt)
- ▶ 12 g Salz

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen, Roggen
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	geschmeidig, bindig
Zeit gesamt:	18-26 Stunden
Zeit am Backtag:	4,5 Stunde
Backzeit:	50 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	220°C nach 10 Minuten
Schwaden:	beim Einschließen, nach 10 Minuten ablassen

Mit dem Herbst beginnt auch die Zeit für herzhaftes Kürbissuppe. Zu der passt dieses Brot als würzige Ergänzung hervorragend. Neben den gerösteten Kürbiskernen gibt ein Hauch von Curry diesem Brot besonderen Pfiff.

Vorteig (Poolish)

- ▶ 200 g Roggenmehl 1370
- ▶ 200 g Wasser (eiskalt)
- ▶ 0,1 g Frischhefe

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

☉ Alle Zutaten – außer die Kürbiskerne und das Currypulver – 5 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann etwa 5 Minuten auf schnellerer Stufe kneten.

☉ Das Wasser der Kürbiskerne abkippen. Die Kerne mit dem Curry zum Teig geben und etwa 5 Minuten schnell unterkneten.

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

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

☉ Den Teigling einschneiden und in den gut auf Ober-/Unterhitze vorgeheizten Ofen geben.

Bei 250°C mit Schwaden anbacken, die Temperatur nach 10 Minuten auf 220°C senken, 40 Minuten zu Ende backen. 🍴

Brühstück

- ▶ 150 g Kürbiskerne
- ▶ 400 g Wasser (warm)

Die Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Noch heiß in eine Schüssel geben und mit Wasser übergießen. Mindestens 4 Stunden abkühlen lassen.

Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ Brühstück
- ▶ 300 g Weizenmehl 550
- ▶ 150 g Wasser (kalt)
- ▶ 4 g Frischhefe
- ▶ 10 g Currypulver
- ▶ 9 g Salz

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆☆

Getreide: Weizen, Roggen

Triebmittel: Hefe

Teigkonsistenz: klebrig

Zeit gesamt: 16-20 Stunden

Zeit am Backtag: 4 Stunden

Backzeit: 50 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 220°C
nach 10 Minuten

Schwaden: beim Einschließen,
nach 10 Minuten ablassen

Rezept: Sebastian Marquardt
Bild: Jan Schnare



Kürbiskürre

Rezept: Sebastian Marquardt
Bild: Jan Schnare

Kleielairib



Mühlen verarbeiten vor allem den Mehlkörper der Körner, jedoch nur einen Teil der Schale. Die wird oft zu Tierfutter. Dabei enthält sie wertvolle Mineral- und Ballaststoffe. Vom herben Aroma ganz zu schweigen. Nicht zuletzt binden die Schalenanteile viel Wasser. Das macht Brot saftig und länger haltbar. Viele gute Gründe also, die Kleie in einem Brot zu verarbeiten.

**Für Einsteiger
geeignet**

Schwierigkeitsgrad:	★★☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	weich, bindig
Zeit gesamt:	27-36 Stunden
Zeit am Backtag:	1,5 Stunden
Backzeit:	45 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	230°C nach 10 Minuten
Schwaden:	beim Einschließen, nach 10 Minuten ablassen

Tip

Wer im Umgang mit weichen Teigen unsicher ist, hält etwa 50 g des Wassers zurück und gibt bei Bedarf etwas davon zum Teig. Mit 15 g Honig wird das herbe Brot etwas milder.

● Die Zutaten 5 Minuten auf niedrigster Stufe mischen, dann etwa 15-20 Minuten auf schnellerer Stufe zu einem bindigen Teig kneten.

● Den Teig 90 Stunden bei Raumtemperatur ruhen lassen, dabei alle 30 Minuten dehnen und falten.

● Den Teig rundwirken, mit dem Schluss nach unten in einen gut bemehlten Gärkorb legen und abgedeckt im Kühlschrank etwa 12-15 Stunden gehen lassen.

● Den Ofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Teig direkt aus dem Kühlschrank auf das Blech stürzen, einschneiden und mit Dampf anbacken. Nach 10 Minuten den Dampf ablassen und bei 230°C weitere 35 Minuten zuende backen. ■

Sauerteig

- ▶ 100 g Weizenkleie
- ▶ 100 g Weizenmehl 1050
- ▶ 250 g Wasser (warm)
- ▶ 10 g Anstellgut

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

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 400 g Weizenmehl 550
- ▶ 290 g Wasser (eiskalt)
- ▶ 12 g Salz

Weihnachts-Brot

Brot und Weihnachten – das ist auf den ersten Blick keine klassische Verbindung. Dieses Brot aber beweist, dass beides bestens zusammenpasst. Klassische Weihnachtzutaten geben dem fluffigen Weizenteig das festliche Aroma. Damit passt es zum Frühstück mit Butter und Konfitüre ebenso wie als Snack zum Nachmittagstee.

**Salz reduziert
trotzdem lecker**

- Vorteig, Wasser, Salz und Mehl 5 Minuten langsam vermischen, dann 5 Minuten schnell kneten.
- Die übrigen Zutaten hinzugeben und weitere 5 Minuten schnell kneten.
- Den Teig abgedeckt 2 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen, dabei alle 30 Minuten dehnen und falten.
- Den Teig langwirken und in einem bemehlten Gärkorb mit Schluss nach oben 1 Stunde zur Gare stellen.
- Den Teigling aus dem Gärkorb stürzen, einschneiden und bei 250°C Ober-/Unterhitze in den gut vorgeheizten Backofen geben. Nach 10 Minuten die Temperatur auf 230°C senken und 35 Minuten zu Ende backen. ■

Vorteig (Poolish)

- ▶ 200 g Weizenmehl 1050
- ▶ 200 g Wasser (eiskalt)
- ▶ 0,1 g Frischhefe

Die Vorteigzutaten gut vermischen und abgedeckt 12-16 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

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

Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ 300 g Weizenmehl 550
- ▶ 160 g Wasser (kalt)
- ▶ 100 g Feigen (getrocknet, gewürfelt)
- ▶ 100 g Orangeat (gewürfelt)
- ▶ 6 g Frischhefe
- ▶ 6 g Salz
- ▶ 3 g Zimt
- ▶ 3 Köpfe von Nelken (zerdrückt)

Für Einsteiger
geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	weich, bindig
Zeit gesamt:	16-20 Stunden
Zeit am Backtag:	4 Stunden
Backzeit:	45 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	230°C nach 10 Minuten
Schwaden:	beim Einschließen, nach 10 Minuten ablassen

Rezept: Sebastian Marquardt
Bild: Jan Schnare



LESE RBROT

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



Ich habe das 3-Korn-Kasten-Brot aus Ausgabe 05/19 gleich in doppelter Menge nachgebacken, da ich zwei Gussformen besitze. Wir sind nicht unbedingt Vollkornbrot-Fans, aber dieses Rezept ist der Hit. Vollwertig, nicht bröselig, im Biss so, wie man es von Broten mit Auszugsmehlen gewohnt ist, aber mit viel mehr Aroma. Für eine bessere Gärkontrolle habe ich 5 Gramm Frischhefe zugefügt und alle Mehle in Bio-Qualität verwendet.

Burkhard Füllenbach



Ich habe gestern vor der Arbeit das Faultier-Brot aus dem Ofen geholt und war total begeistert. Ganz einfach, keine Arbeit und super angekommen bei meinem kleinen und großen Kritiker. Ich hatte es zwischendurch dreimal gefaltet. Das wird es demnächst öfter geben, wenn es wieder mal sehr stressig wird. Danke für dieses tolle Rezept.

Jasmin Rathje

Ich habe das Kokos-Joghurt-Brot aus Ausgabe 5/19 gebacken. Der Teig war sehr weich und ist deshalb etwas auseinander gelaufen. Es hat trotzdem eine schöne groß- bis mittelporige, herrlich wattige Krume. Und der leichte Kokosgeschmack ist einfach nur lecker. Vielen Dank für dieses ungewöhnliche Rezept.

Christina Dreyfuss



Voilà: mein Faultier-Brot. Der Teig erschien mir sehr weich und ich wollte, dass er ein besseres Glutengerüst entwickelt, darum nach 2 Stunden gedehnt und gefaltet. Nach 24 Stunden hat er sehr schön Blasen geworfen. Doch er ließ sich nicht so in Form bringen, auch nach dem zweiten Mal Dehnen und Falten. Daher habe ich ihn mit Hilfe einer Anleitung für sehr weiche Teige in Form gebracht. Ich habe mich dann für die Backvariante im Topf entschieden. Die Krume war am Ende leider zu hart, da ich eine längere Backzeit hatte. Der Geschmack ist gut, haut mich aber nicht um. Ich habe dennoch dazu gelernt – nämlich zu spüren, was der Teig wann und wie braucht.

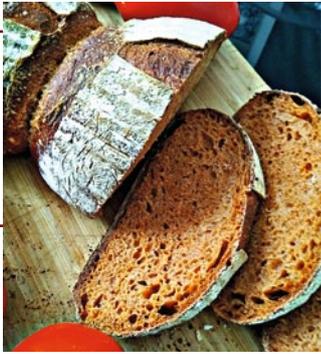
Anuschka Schaub



Nach langer Zeit habe ich mal wieder ein Brot gebacken: das Faultier-Brot. Ich bin ganz zufrieden, habe nur ein bisschen Hefe genommen und zwei Drittel des Wassers durch Hefewasser ersetzt.

Gabriele Taghizadeh





Dieses Mal habe ich das Spätsommer-Brot und das Rote Vollkorn nachgebacken. Beide Brote waren wieder genial und wurden bis zum letzten Krümel verspeist. Sie sind sehr aromatisch und bleiben lange frisch.

Tanja Thelen



Einfach ein Traum, so fluffig und wattig: Olivenöl-Brioche aus BROT 05/19.

Annelise Walbrun



Ich habe das Faultier-Brot mit einem Drittel Dinkelvollkornmehl und zwei Dritteln Weizenmehl 480 gebacken. Es ist ein herrliches Urlaubsbrot aus dem Topf.

Bettina De Schrijver

Ich musste es auch probieren – das Faultier-Brot aus Ausgabe 05/19.

Barbara Burger



Ich habe die süßen Sesam-Herzen aus BROT 05/19 mit Übernacht-Gare ausprobiert, da die Zubereitung so besser in meinen Terminplan passte. Der Teig war gut handhabbar und das Ergebnis nahezu perfekt. Ich habe es für die Kollegen meines Mannes zur Arbeit gebracht und alle waren von der Herzlichkeit begeistert. Meine Änderung für das anderthalbfache Rezept waren 1,5 Gramm Hefe und ein Esslöffel alte Lievito Madre sowie 12-Stunden-Gare bei Raumtemperatur.

Sabine Seitz



Endlich habe ich auch das Faultier-Brot aus der letzten BROT gebacken. Es schmeckt megalecker und ist ohne viel Aufwand fertiggestellt. Ich hab es allerdings im Topf gebacken, da ich nicht so die Freibäckerin bin.

Romy Meyer

Ich habe mich auch mal am Faultier-Brot probiert, allerdings auf 1 Gramm Hefe erhöht, da ich es am Abend backen musste. Der Teig ließ sich gut formen. Nach der halben Stunde Gehzeit wollte er aber leider nicht wirklich vom Backschieber runter, trotz reichlich Bemehlen. Jetzt hab ich statt eines Faultiers eine Schlange.

Anja Jauß





Das Spätsommer-Brot ist sehr gut gelungen. Ich habe es aber 24 Stunden im Kühlschrank reifen lassen. Danach hab ich das Tunesische Khobz nachgebacken. Es ist wirklich sehr einfach und für Anfänger geeignet, aber dennoch lecker. Und schnell gemacht ist es außerdem. Ich habe es im Ofen auf dem Pizzastein gebacken. Zu guter Letzt habe ich noch das Treberbrot mit Treber von einer Brauerei aus unserem Nachbarort und mit einem Whisky-Bockbier nachgebacken. Es ist sehr schön saftig mit knuspriger Kruste.

Yvonne Stein



Ich habe die Olivenöl-Brioche aus der Ausgabe 05/19 nachgebacken.

Lucienne Bronkhorst



Ich habe mich auch einmal am Faultier ausprobiert. 250 Gramm Dinkelvollkornmehl und 250 Gramm Roggenmehl 1050, etwa 0,5 Gramm Hefe und 400 Milliliter Wasser. Mit dem Ergebnis bin ich zufrieden und freue mich schon drauf, es zu probieren.

Frank Junker



Ich habe jetzt auch mal das Faultier-Brot aus BROT 5/19 gebacken. Der Teig war sehr gut zu bearbeiten. Ich habe etwa 50 Milliliter Wasser weniger genommen, als im Rezept angegeben. Es ist toll aufgegangen und duftet verführerisch.

Marion Rechberger

Ich habe das Rote Vollkorn aus Ausgabe 05/19 in Ermangelung von Rotweizen mit normalem Weizenvollkornmehl gebacken. An eine Teigusbeute von 200 habe ich mich nicht herangewagt und habe meinen Teig mit 30 Gramm Chia- und Flohsamen angedickt. Heraus kam ein sehr weicher Teig, der aber immerhin im Holzbackrahmen blieb und ein saftiges und ungeheuer aromatisches Brot ergab. Das werde ich bestimmt noch öfter backen.

Karin Uhlig



Ich habe spontan ein schnelles Spätsommerbrot für die Mutter von Sohnmanns Freundin gebacken, da sie heute auch Geburtstag hat. Dazu gab es noch zwei Marmeladen.

Upi Werner



Ich habe die Brioche aus BROT 5/19 nachgebacken. Optisch noch ausbaufähig, aber geschmacklich sehr gut. Ich musste etwas mehr Mehl dazugeben als im Rezept angegeben.

Anna Bruegger





Hier ist der zweite Versuch des Faultierbrottes – auf dem Foto hat es sogar noch gedampft. Es ist frei geschoben und ich habe mich exakt an die Zutatenmengen gehalten. Das Einzige, was ich dieses Mal geändert habe, ist die Stockgare. Der Teig hat, entsprechend meiner Raumtemperatur, nur 15 Stunden geruht.

Ute Ludwig

Nachdem ich letztes einen Faultier-Brot-Unfall hatte, dachte ich schon, ich hätte das Brotbacken verlernt. Aber ich habe es nochmal probiert und diesmal hat es geklappt. Hier nun die gelungene Version mit 35 Gramm weniger Wasser, Verlängerung der Stockgare um 20 Minuten und im Topf gebacken.

Kirsten Reinecke



Ich bin begeisterte Leserin und Idee-Aufschnapperin, beim Brotbacken eher der Experimentier-Typ. „Voll auf die Nuss“ hat mich inspiriert. Ich habe aus den Schnecken ein Brot gemacht. Da wir es herzhaft urig lieben, habe ich ein Drittel des Mehls durch Roggen 1150 ersetzt. Ein Löffel Lievito Madre kam noch dazu. Nach dem Sturz aus dem Gärkorbchen wurde das Brot sanft mit Senf eingestrichen und dann mit Hartweizengries und Mandelblättern belegt. Heraus kam ein Gedicht. Ich konnte noch schnell ein halbes Brot fürs Foto retten. Zu einem anderen Brot habe ich auch noch einen Tipp: Das Spätsommerbrot habe ich zusätzlich mit kleingeschnittenen, getrockneten Tomaten und reichlich frischem, gehacktem Knoblauch verwöhnt. Dazu veganer Tomatenaufstrich oder einfach frische Tomatenscheibchen, Zwiebeln, Schnittlauch, etwas Salz und Pfeffer, gern ein Schüsschen Olivenöl – fertig ist der perfekte Snack.

Silke Binte-Braun



Hier ist meine Latte-Macchiato-Ruch-Kruste aus der Ausgabe 05/2019.

Katrin Ott

Faultier-Brot: super Teig, super Geschmack.

Heike Lallemand



**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.

Brot Akademie



Brotbacken ist ein Handwerk. Am besten lernt und verfeinert man es, wenn man mit den Händen übt. Das steht im Mittelpunkt des ersten Kurses der BROTAkademie, den wir gemeinsam mit der Langer Mühle im österreichischen Atzenbrugg ausrichten.



Basis-Kurs Sauerteig

► Kurs-Inhalte

Besondere Eigenschaften von Sauerteig

Verdaulichkeit, Aroma, Geschmack und Haltbarkeit

Sauerteig ansetzen

Mit Roggenmehl in vier Tagen zur eigenen Kultur

Haltbar machen von Sauerteig

Lagerung im Kühlschrank und Auffrischen von Sauerteigen

Vorteige mit Hefe

Pate Fermentée, Polish und Biga

Nullteige

Autolyseteige, Quell-, Brüh- und Kochstücke

Praxis-Tipps fürs Brotbacken

Kneten, Stockgare, Stückgare, Formen und Backen

Neben viel Know-how erhalten alle Teilnehmer im Anschluss die Rezepte der im Rahmen des Kurses gebackenen Brote.

FOLGENDE REZEPTE WERDEN GEBACKEN:

- | | |
|--------------------------------|--------------------------------|
| - Sauerteigbrot mit viel Aroma | - Ciabatta mit Weizensauerteig |
| - Roggensauerteigbrot | - Weizenvollkorn-Sauerteigbrot |
| - Saatenbrot mit Sauerteig | - Weizensauerteigbrot |
| - Bierkrustenbrot | - Weizendinkel-Sauerteigbrot |
| - Sauerteigmischbrot | - Sauerteigbaguette |





Die frisch gebackenen Spezialitäten dürfen natürlichen direkt probiert werden

► Kurs-Gebühr

189,- Euro pro Teilnehmer, inklusive BROT-Schürze und Kursunterlagen

► Vergabe der Plätze

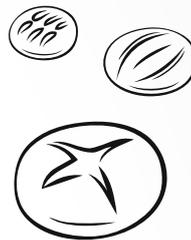
Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen pro Kurstag begrenzt, die Plätze werden nach Eingang der Anmeldungen vergeben. Ein Drittel des Kontingents ist Abonnenten des Magazins vorbehalten, ein Drittel steht für die Mitglieder der BROT-Facebook-Gruppe zur Verfügung, ein Drittel wird frei vergeben.

► Kursleitung

Seminarbäuerin Ingrid Müller und das Team von der Langer Mühle

► Ort

Langer Mühle Atzenbrugg
Schubertstraße 15
3452 Atzenbrugg
Österreich



Auch ein Blick hinter die Kulissen der Langer Mühle ist bei der BROTakademie möglich

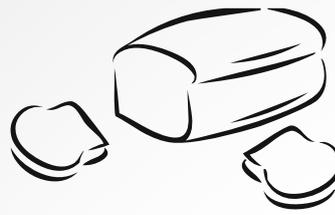


Termine:

Samstag, 23. November 2019, ab 9 Uhr, bis etwa 14.30 Uhr
(eventuell gibt es einen Zusatztermin am 24. November)

Information und Anmeldung:

www.brot-magazin.de/akademie



Seminarbäuerin Ingrid Müller leitet den Kurs rund um das Thema Teigbearbeitung

Veranstaltungsort

Mühlen, einst in großer Zahl an Wasserläufen angesiedelt, waren und sind immer noch mit den Menschen im Ort eng verbunden – von der Anlieferung des Getreides durch die Bauern bis zur Auslieferung des Mehles an die Bäckereien. Und damit dieses Wissen um die Betriebsabläufe nicht verloren geht, präsentiert sich die traditionsreiche Langer Mühle im österreichischen Atzenbrugg als Erlebniswelt für jung und alt.

Die im 13. Jahrhundert erstmals erwähnte Mühle, die damals zum Stift Klosterneuburg gehörte, wird

heute von den Langers in vierter Generation als Familienbetrieb geführt. Und die Familie fühlt sich umso mehr verantwortlich, den Besuchern und Kunden mit hoher Qualität, großer Auswahl und viel Information eine Einkaufswelt in Geborgenheit der Naturprodukte zu bieten.

So setzt man bei den bäuerlichen Lieferanten beim Getreide-Einkauf auf verschiedenste, vor allem altbewährte Getreidesorten, die es ermöglichen, wertvolle Mehle von hoher Qualität daraus zu gewinnen. Es wird darauf geachtet, gerade diese altbewährten Sorten, die

zugunsten neu gezüchteter Sorten vom Markt verdrängt werden, zu verteidigen und ihren Bestand zu sichern. Da versteht es sich von selbst, dass für die Mühle nur regionale Landwirtschaftsbetriebe als Lieferanten in Frage kommen.

Darüber hinaus ist „la müh la – Langers Mühlenladen“ ein beliebter Treff- und Einkaufspunkt geworden. Er vermittelt die Atmosphäre einer gemütlichen Wohnküche und ist bestückt mit verschiedenen Mehlmischungen und sonstigen Angeboten wie Müsli, Flocken, Ölsaaten oder Trockenfrüchten. Kaffee und Tee gehören ebenso zum Angebot wie Naturkosmetik. Der Mühlenladen ist natürlich auch Ziel für all jene, die sich mit originellen Geschenken für Verwandte oder Freunde eindecken wollen.

Spezialmehle wie Atzenbruggger Mehlange, Brot-Winzer-Mehl, Baguette Mehl oder Ruch-Spezialmehl sind nur einige Beispiele für die Vielfalt des Angebotes. Und damit man die Produkte auch testen kann, leitet die Seminarbäuerin Ingrid Müller Backkurse. Geübte Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind ebenso willkommen wie Anfänger. Und wer sich auch zu Hause kreativ beim Kochen und Backen ausleben will, kann im Mühlenladen die passenden Maschinen wie Getreidemühlen oder Steinbacköfen erwerben. 🍞



Langer Mühle Atzenbrugg
Schubertstraße 15
3452 Atzenbrugg, Österreich
www.langermuehle.at



Abo-Prämie sichern

WEISSES GOLD

Alles, was man über Mehl wissen sollte

GLUTENFREI BACKEN

Wie man richtig viel Aroma ins Brot bekommt

EINSTEIGER-KURS

Auffrischbrote zur Sauerteig-Verwertung

SAUERTEIG

de Aromen

Winterzauber

Reiten mit tollen Rezepten für die weihnachtszeit

Jetzt bestellen!



Zum BROT-Jahresabo:

Eine Ausgabe SPEISEKAMMER gratis dazu.

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

FRÜHSTÜCKS- KIPFERL



*Für Einsteiger
geeignet*

Was wäre ein Frühstück ohne das perfekte Gebäck? Ideal dafür sind frische Brötchen, die am besten ohne viel morgendlichen Aufwand gelingen. Dieses Rezept garantiert Brötchen frisch aus dem Ofen – ohne mehr als 5 Minuten Zeit zu investieren, denn die fertigen Brötchen werden vor dem Verzehr nur noch kurz aufgebacken.

- ☉ Die Flohsamenschalen und die Hefe im Wasser auflösen und 10 Minuten stehen lassen. Butterschmalz bei schwacher Hitze auflösen.
- ☉ Mehl, Backmalz und Salz mischen, dann mit dem Flohsamenschalen-Hefe-Wassergemisch und Zitronensaft zusammen 2 Minuten langsam verkneten. Das flüssige Butterschmalz langsam reintropfen lassen und weitere 7 Minuten auf schnellerer Stufe kneten, bis sich der Teig vom Schüsselrand löst.
- ☉ Den Teig bei Raumtemperatur etwa 2,5 Stunden gehen lassen, bis er sein Volumen verdoppelt hat. Nach der Hälfte der Zeit einmal dehnen und falten.
- ☉ Auf einer bemehlten Arbeitsfläche den Teig in acht Portionen teilen. Die Teigbällchen rundformen und 10 Minuten entspannen lassen. Dann zu Kipferl formen, indem man sie mit beiden Händen leicht länglich gerollt und das Ende spitz formt. Die fertig geformten Teiglinge gut bemehlt im Bäckerleinen oder einem Küchenhandtuch 45 Minuten zugedeckt gehen lassen.
- ☉ Im vorgeheizten Ofen bei 210°C Umluft auf mittlerer Einschubhöhe mit reichlich Dampf 13-15 Minuten backen. Die fertigen Brötchen unter einem Geschirrtuch auskühlen lassen und über Nacht damit zugedeckt stehen lassen.
- ☉ Am nächsten Morgen die Brötchen im vorgeheizten Backofen bei 180°C Ober-/Unterhitze noch mal 5 Minuten kurz vor dem Frühstück aufbacken. 🍴

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	Dinkel
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	geschmeidig
Zeit gesamt:	4 Stunden (plus Vorheizen und 5 Minuten Aufbackzeit vor dem Verzehr)
Zeit am Backtag:	4 Stunden
Backzeit:	15 Minuten
Starttemperatur:	210°C
Backtemperatur:	210°C
Schwaden:	beim Einschließen

Zutaten*

- ▶ 450 g Dinkelmehl 630
- ▶ 50 g Dinkelmehl Vollkorn
- ▶ 320 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 15 g Butterschmalz
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 10 g Backmalz (aktiv)
- ▶ 10 g Frischhefe
- ▶ 5 g Flohsamenschalen (gemahlen)
- ▶ 1 Spritzer Zitronensaft

*Ergibt 8 Brötchen

Tipp

Die ausgekühlten Brötchen können auch auf Vorrat eingefroren und zum Verzehr morgens direkt aus dem Tiefkühlfach 10 Minuten im vorgeheizten Ofen aufgebacken werden.



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

Der Stoff,
aus dem die
Brote sind



Der unterschätzte Rohstoff

Erwartungen sind hoch an Brot. Es soll gesund und bekömmlich sein und aromatisch obendrein. Dafür wird an vielen Stellschrauben gedreht. Dabei vernachlässigen professionelle wie daheim Backende einen Faktor oft sträflich. Beim Haupt-Rohstoff bestimmt dann oft der Kilopreis. Dabei ist Mehl ganz entscheidend für Gelingen und Geschmack des Brotes.

Mehl ist wohl einer der ältesten Rohstoffe in der menschlichen Lebensmittelproduktion. Und doch einer, über den man oft erstaunlich wenig weiß. Dabei sind die Erwartungen ans weiße Gold klar – es soll sich gut verarbeiten lassen und leckeres Aroma ins Brot bringen.

Beschäftigt man sich genauer mit diesen Faktoren, stellt man schnell fest: Mehl ist nicht gleich Mehl. Es gibt erhebliche Unterschiede. Um die zu verstehen, muss man aber weiter zurückgehen – aufs Feld. Denn alles beginnt mit dem Getreide.

Das besteht grob gesagt aus drei Bestandteilen. Da ist zunächst die Schale. Sie enthält Vitamine, Mineralstoffe, Mikroorganismen und Aroma. Aber nur ein Teil kommt ins Mehl. Im Vollkorn ist sie – der Name sagt es – weitgehend komplett enthalten. Bei Auszugsmehlen, den Typen-Mehlen, nur noch in kleinen Teilen. Und je niedriger die Nummer der Type, desto weniger Schalenanteil befindet sich im Mehl.

Im Inneren des Korns befindet sich der Mehlkörper. Er besteht aus Stärke und bildet die Basis des Mehls. Ein Weizenmehl Type 405 besteht fast ausschließlich aus dem Inhalt des Mehlkörpers.



Schon seit 9.000 Jahren benutzen Menschen Mahlsteine, um Korn zu zerkleinern



Kleie, die beim Mahlen zurückbleibenden Schalenteile, wird oft nur noch als Tierfutter verarbeitet. Sie kann aber durchaus eine Menge Aroma ins Brot bringen und viel Wasser binden

Er ist auch die Nährstoffquelle für den Keimling. Dieser soll schließlich die Fortpflanzung sicherstellen. Damit ist er quasi das Zentrum des Korns, enthält wichtige Vitamine und Fette. Letztere machen ihn auch zum Problem fürs Mehl. Denn Fett wird ranzig.

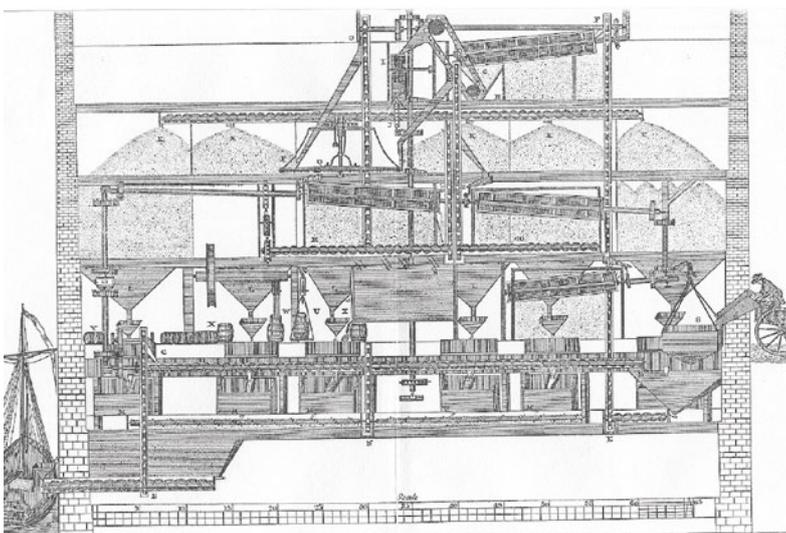
Entsprechend enthält selbst Vollkornmehl in Wahrheit oft nicht das volle Korn. Der Keimling wird in der Regel entfernt. Je nach Mühle kommt er nach einer Wärmebehandlung wieder zurück ins Mehl oder er bleibt draußen und wird gesondert verkauft. Der Lebensmittel-Einzelhandel verlangt eine Mindesthaltbarkeit von 14 Monaten bei Mehlen. Die erreicht man nicht mit einem unbehandelten Keimling. Nur wenige Mühlen vermahlen ihn daher direkt mit. Ihre Mehle sind etwa bis zu neun Monaten haltbar.

Schon in der Mittelsteinzeit, also vor etwa 9.000 Jahren, haben Menschen Mahlsteine benutzt. Der US-amerikanische Erfinder Oliver Evans konstruierte gegen Ende des 18. Jahrhunderts die erste automatische Getreidemühle und legte so den Grundstein für eine ganze Industrie.

Seither hat sich eine Menge getan. Nach einer langen Zeit, in der tausende kleinerer und mittelständischer Mühlen das Mehl in Europa produzierten, hat hier – wie in vielen anderen Märkten – ein Konzentrationsprozess eingesetzt. Immer weniger Mühlen in Deutschland mahlen immer mehr Mehl. Gab es 1950 noch 19.000 Mühlen in Deutschland, sind es heute etwa 550 aktive. Aktuell sind es mit 196 erstmals weniger als 200 Betriebe, die aufgrund der Produktionsmenge (mehr als 1.000 Tonnen) in die Meldepflicht fallen.

Dabei ist die Vermahlungsleistung um knapp 20.000 auf 8,91 Millionen Tonnen gestiegen. 40 Prozent davon werden in den 13 größten Mühlenbetrieben produziert. Schaut man sich die 60 größten an, beträgt ihr Marktanteil sogar 90 Prozent. Demgegenüber stehen 100 Mühlen, die zusammen gerade mal 2,2 Prozent des Marktes bedienen. Nahezu alle Unternehmen befinden sich in Familien-

Bild: Wikipedia



Schema der ersten automatisierten Getreidemühle von Oliver Evans

besitz. Zusammen beschäftigen sie rund 12.000 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

Wie das oft so ist – die Konzentration und Produktion in großen Betrieben geht oft zu Lasten der Qualität. Wobei das so pauschal natürlich nicht stimmt. Insgesamt ist die Mehlqualität dank moderner Technik heute besser als je zuvor. Doch gilt das eben nicht für jedes Mehl. So sind die Supermarkt-Produkte großer Marken oft der Rohstoff, der professionellen Ansprüchen an Bäckereimehl nicht genügt. Man könnte dieses Mehl B-Ware nennen.

Aber was macht gutes Mehl eigentlich aus? Darüber streitet selbst die Fachwelt. Weizenmehl besteht aus zu 59 bis 72 Prozent aus Kohlenhydraten, das sind im Wesentlichen Stärke und Schleimstoffe, darunter 2,4 bis 7 Prozent Ballaststoffe. Es enthält 14 bis 15 Prozent Wasser, Proteine machen 10 bis 12 Prozent aus. Die wiederum teilen sich in 80 Prozent Klebereiweiß und 20 Prozent lösliche Eiweiße. 0,9 bis 2,3 Prozent Fett und 0,4 bis 1,7 Prozent Mineralsalze komplettieren den Nährstoffreigen.

Bisher gilt der Proteingehalt als preisentscheidende Eigenschaft auf dem Weltmarkt. Er ist oft auch ausschlaggebend für die Entscheidung in Bäckereien, mit welchen Mehlen gearbeitet wird. Denn der Proteingehalt bestimmt die Backfähigkeit, also wie einfach



Die kleine Getreidemühle, getrieben von Wind oder Wasser, gibt es nur noch selten. Der Markt ist heute sehr konzentriert, Großbetriebe bestimmen das Geschehen

der Teig zu verarbeiten ist. Doch langsam setzt ein Umdenken ein.

Denn mehr und mehr wird deutlich, dass es beim Protein nicht nur um die Menge geht, sondern auch um seine Qualität. Die Menge lässt sich über die Düngung gut regulieren. Wachstumstreiber für Pflanzen ist Stickstoff. Der kommt natürlich im Boden vor. Für proteinreiches Getreide ist das aber nicht ausreichend. Also wird mit Stickstoff gedüngt.

Das aber verunreinigt das Grundwasser. Daher gibt es klare Vorgaben der Bundesregierung und seit 2017 eine überarbeitete Düngeverordnung. Da weniger Dünger direkten Einfluss auf die Zusammensetzung

Gülle ist ein wichtiger Stickstoff-Lieferant. Um das Grundwasser zu schützen, soll weniger gedüngt werden – zu Lasten des Proteins im Getreide





*Qualität und Aroma
des Mehls werden bereits auf
dem Feld bestimmt*

im Getreide hat, hat in diesem Jahr nun auch das Bundessortenamt reagiert. Die Behörde ist zuständig für die Zulassung und Überwachung von Getreidesorten. Weizen zum Beispiel wird in vier Qualitätsklassen eingeteilt. Da gibt es den A-, B- und C-Weizen, absteigend in der Qualität. Über ihnen rangiert der E-Weizen. Das E steht für Elite.

Bisher bestimmten fünf Faktoren die Qualitäts-Einstufung: Fallzahl, Rohprotein-Gehalt, Sedimentationswert, Wasseraufnahme und Mehlausbeute. Im März dieses Jahres hat das Bundessortenamtes den Proteingehalt aus dieser Liste gestrichen. Es bleiben neben der Wasseraufnahme des Mehls diese drei Parameter:

Fallzahl

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

Das Röhrchen kommt dann – ohne Stöpsel – in ein 95°C heißes Wasserbad. Nach fünf Sekunden beginnt ein Rührvorgang, bei dem der Messstab vertikal hin- und herbewegt wird. Nach 60 Sekunden wird er nach oben gezogen und losgelassen. Durch sein Gewicht wird der Messstab nun nach unten gezogen. Dabei setzt ihm das verkleisterete Mehl Widerstand entgegen. Ist der Messstab gegen diesen unten angekommen, wird die Zeit gestoppt. Sie gibt in Sekunden die Summe von Rühr- und Sinkzeit an – das ist die Fallzahl. Die ideale Fallzahl von Weizen liegt zwischen 250 und 300 Sekunden. Bei Roggenmehl sind es 150 bis 180 Sekunden. Darunter und darüber gilt ein Mehl als nicht backfähig. Wobei das so pauschal nicht stimmt. Da ist dann aber gutes handwerkliches Wissen gefragt.

Ganz unkritisch wird die Fallzahl nicht mehr gesehen. So ignoriert der Test Faktoren wie die Beschaffenheit der Stärke. Deren Struktur war zum Beispiel 2010 härter als üblich. Ergebnis eines heißen Sommers. Zudem sind in Untersuchungen auch bei Fallzahlen unter 100 Sekun-



In Silos werden verschiedene Getreide-Qualitäten gelagert und später so gemischt, dass die Mühle eine gleichbleibende Mehqualität liefern kann

den gut gelockerte Gebäcke produziert worden. Gleichwohl ist der Wert einer der ersten, nach denen ein Bäcker fragt.

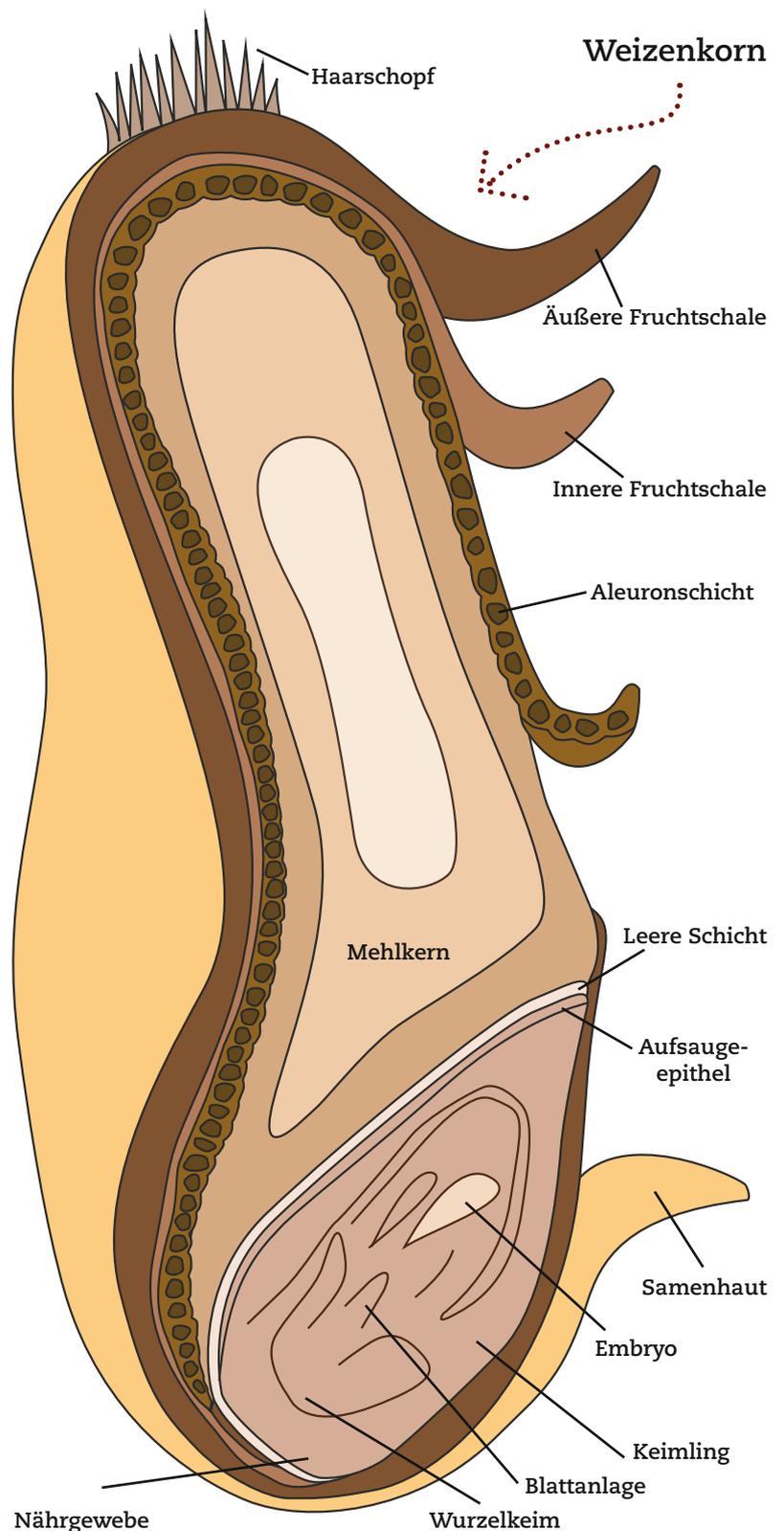
Sedimentationswert

Dieser Wert gibt Auskunft über die Qualität des Getreide-Proteins sowie seine Quellfähigkeit. Hier werden 3,2 Gramm Mehl mit 50 Gramm Flüssigkeit gemischt und geschüttelt. Die Flüssigkeit besteht aus destilliertem Wasser sowie Bromphenolblau. Letzteres ist ein Säure-Basen-Indikator, der die Masse färbt. Da die Quellfähigkeit von Mehl auch mit der Partikelgröße zusammenhängt, ist eine standardisierte Zerkleinerung des Getreides essentiell. Nach intensivem Schütteln per Hand kommt das Gemisch für 5 Minuten auf eine Schüttelapparatur. Danach kommt eine Milchsäurelösung dazu, wodurch die Farbe von blau zu hellgrün umschlägt. Nun wird wieder 5 Minuten geschüttelt. Nach Ablauf der Zeit steht der Zylinder mit der Masse 5 Minuten lang senkrecht. Danach liest man das Volumen des gequollenen Sediments auf einer Skala auf dem Zylinder in Millilitern (ml) ab. Er liegt zwischen 8 bei kleberarmen Mehlen und bei 78, wenn es ein extrem kleberstarkes Mehl ist. Gute Backergebnisse lassen sich zwischen 30 und 50 ml erzielen. Ableiten lassen sich aus dem Ergebnis das Gashaltvermögen des Teiges sowie die Volumenausbeute des Gebäcks. Der Sedimentationswert verrät auch, inwieweit ein Mehl für lange Teigführung geeignet ist. Denn dafür braucht es eine gute Quellfähigkeit. Sonst fällt der Teig während der Gare in sich zusammen.

Mehlausbeute

Die Schale des Kornes ist relativ wertlos für Mühlen. Denn das Gros der Mehle sind Auszugsmehle, also keine Vollkornmehle. Schale ist entsprechend eher übrig und wird in der Regel als Tierfutter verwertet. Je höher also die Kornmasse und je geringer der Schalenanteil – desto höher die Mehlausbeute des Getreides.

All diese Werte verändern sich mit jeder Ernte. Denn Wetter ist ein erheblicher Einflussfaktor. Sie unterscheiden sich aber auch innerhalb der Getreide. Unterschiedliche Sorten haben unterschiedliche Zusammensetzungen und Eigenschaften.



Die Aleuronschicht trennt Mehlkörper und Schale, daher wird sie in der Mülerei auch Trennschicht genannt

Wann immer ein Bauer sein Getreide bei einer Mühle anliefert, wird es dort sofort analysiert. Einerseits, um den Preis festzulegen, der ja vom Proteingehalt beeinflusst wird. Aber auch, um die Körner richtig zu lagern. Denn um eine optimale und vor allem gleichbleibende Mehlqualität zu erzielen, mischen die Mühlen die unterschiedlichen Qualitäten. Ist zum Beispiel das Basismehl eher kleberschwach, wird für das Endprodukt ein kleberstarkes Korn hinzugemischt.



Wer selbst mahlt, produziert qua
Definition im besten Fall Feinschrot.
Mehle, insbesondere Auszugsmehle,
sind so nicht herzustellen

Da der Preis mit der Güte des Korns – und damit auch den Backeigenschaften des Mehls – steigt, mischen die Mühlen die guten Qualitäten vor allem für den professionellen Markt. Also für Bäckereien und Lebensmittelunternehmen. Mit Supermarktmehl ist wenig zu verdienen. Entsprechend landen in der Kilo-Tüte die schwächeren Qualitäten.

Zudem haben es große Industriemühlen, die oft das Supermarktmehl produzieren, eilig. Mehl braucht etwa zwei Wochen Zeit zur Reifung. In dieser Zeit bauen sich Disulfidbrücken auf. Diese Schwefelverbindungen formen und stabilisieren die dreidimensionale Proteinstruktur. Sie stärken also das Gluten im Mehl, machen es besser backfähig.

Mehl aber zwei Wochen reifen zu lassen, braucht enorm viel Lagerplatz. Das kostet Geld. Wirtschaftlich ist es interessanter, das Mehl nach dem Mahlen schnellstmöglich zu verkaufen. Also wird der Reifeprozess chemisch beschleunigt. Ascorbinsäure sorgt für den Aufbau der Disulfidbrücken binnen Stunden. Entsprechend findet sie sich oft als Inhaltsstoff des Mehls auf der Packung.

Die Industrie verniedlicht die Ascorbinsäure gern als Vitamin C. Nur hat das natürlich vorkommende Vitamin C recht wenig mit

dem industriell verwendeten zu tun. Größer Produzent im Weltmarkt ist China, wo die Ascorbinsäure mit Hilfe gentechnisch veränderter Mikroorganismen hergestellt wird. Dieses Verfahren ist billiger als eine synthetische Herstellung. Bio-Mehlen darf keine Ascorbinsäure zugesetzt werden. In der Branche behilft man sich tatsächlich mit natürlichem Vitamin C aus Früchten wie der Acerolakirsche.

Wer selbst mahlt, wird beim Weizen kaum einen Unterschied in der Backfähigkeit feststellen, ob nun frisch gemahlen oder zwei Wochen gelagert. Das liegt daran, dass der hohe Schalenanteil im Vollkornmehl ohnehin störend beim Aufbau des Glutengerüsts wirkt, ob nun mit oder ohne Reife. Die ist eher ein Thema von Auszugsmehlen.

Beim Roggen ist das anders. Frisch gemahlenes Roggenmehl ist oft sehr enzymaktiv. Die Mehl-eigenen Enzyme bauen Stärke zu Zucker ab. Das ist genau, was sie tun müssen, um eine leckere und lockere Brot-Krume zu produzieren. Arbeiten sie aber zu schnell und aktiv, zersetzen sie zu viel der Stärke im Gärprozess. Das Ergebnis ist ein klitschiger Teig. Daher empfiehlt sich bei selbst gemahlenem Roggen ein wenig Lagerung vor der Verarbeitung.

Lagerung ist immer wieder ein großes Thema, wenn es um Mehl geht. Wer viel backt, baut mit der Zeit beinahe unweigerlich ein kleines Mehllager auf. Zu groß ist die Neugier, immer mal wieder etwas Neues auszuprobieren. Da kommt man schnell auf 10 verschiedene Sorten.

Doch auch Schädlinge haben Spaß am Mehl. Dabei lassen Sie sich von Plastik- und Papierverpackungen ebenso wenig aufhalten wie von Schraubverschlüssen. Und auch beste Hygiene hält die Motten, Mehlwürmer, Milben und Käfer nicht fern. Denn immer wieder werden sie in der Mehltüte mitgeliefert.

Schädlingsfreie Mühlen gibt es nicht. So sehr sich die Betriebe auch mühen. Mindestens einmal jährlich werden Mühlen grundgereinigt. Dazu lässt man warme Luft in jeden Winkel. Auf mindestens 50°C wird alles temperiert. Bei der Wärme denaturieren Eiweiße. Das überleben die Schädlinge nicht, es zerstört aber auch die Proteine von Mehresten und nimmt den Schädlingen die Nahrung. Eine solche Wärme-Entwesung findet oft im Frühsommer statt, wenn die Temperaturen besonders Schädlings-freundlich werden.

Zusätzlich schleudern Müller das Mehl vor der Auslieferung einmal kräftig. Allerdings kontrolliert in einem Gerät namens Entolter. Dabei wird das Mehl in einer Zentrifuge bei so hoher Geschwindigkeit geschleudert, dass Schädlinge und ihre Eier beim Aufprall zerstört werden. Der Hersteller garantiert eine hundertprozentige „Kill-Rate“. Und dennoch schaffen es die Tierchen immer wieder ins Tütchen. Das bleibt nicht aus.

Daher empfiehlt sich die Lagerung in luftdicht verschließbaren Behältern. Darin kann das Mehl zwar nicht atmen. Bei der Lagerung von Privatmengen fällt das aber kaum ins Gewicht. Wenn die Vorräte dann auch noch kühl und möglichst dunkel stehen, hat das Mehl eine erstaunliche Haltbarkeit.

In Sachen Mehlsorten ist Deutschland übrigens ein Paradies. Nirgends sonst gibt es so viele klar per DIN-Norm 10355 definierte Mehlsorten. Dabei stehen die Zahlen auf der Tüte für den Mineralstoffgehalt des jeweiligen Mehles. Ermittelt wird er durch Verbrennung.

Bei 900°C wird eine definierte Menge des Mehls im Muffelofen erhitzt. Übrig bleiben die nicht brennbaren Bestandteile, hauptsächlich die Mineralien. Angegeben wird der Mineralstoffgehalt in Prozent der Trockenmasse. Ein Weizenmehl 1050 zum Beispiel enthält 0,91-1,2% Mineralstoffe pro 100 Gramm. Bei einer Type 405 sind es 0,5%. Je höher die Typennummer, desto höher der Mineralstoffgehalt durch den steigenden Schalenanteil. Die Tabelle auf den Folgeseiten gibt einen genauen Überblick.

Während deutsche Mehle in bis zu acht verschiedene Typen eingeteilt werden, man also über das Mehl sehr genau Aroma und

Backeigenschaften steuern kann, hat man in vielen Ländern die Wahl zwischen „hell“ und Vollkorn. Lediglich Frankreich hat noch eine sehr differenzierte Einteilung. In Italien, Österreich und der Schweiz ist sie etwas gröber.

Dabei sind die Mehle in diesen Ländern spannend, überzeugen oft mit einer eigenen Aromatik und bringen Vielfalt in die Backstube. Beim Vergleich der Backeigenschaften hilft die nachfolgende Übersicht.

Klar ist, wer hohe Ansprüche ans Brot hat, kommt nicht umhin, sich auch mit seinem wichtigsten Rohstoff auseinanderzusetzen. Nur wenn gute Qualität in den Teig kommt, kann auch gute Qualität aus dem Ofen kommen 🍞

14 Mahlpassagen durchläuft das Getreide in einer Mühle. Mit jeder wird es feiner und feiner, werden grobe Bestandteile ausgesiebt



INTERNATIONALE MEHLTYPEN UND IHRE VERWENDUNG

Mehltypen in Deutschland	Gehalt an Mineralstoffen	Ausmahlungsgrad Deutschland	Österreich	Italien
Weizenmehle				
Type 405**	0–0,5 %	40–56 %	W480/glatt	-
Type 405/ Wiener Grießler/Dunst/ Spätzlemehl**	-	-	W480/griffig W480/doppelgriffig	-
Type 550	0,51–0,63 %	64–71 %	-	Tipo 00/Gelb*** Tipo 00/Blau***
-	-	-	W700	Tipo 0/Rot
Type 812	0,64–0,9 %	76–79 %	-	Tipo 1
Type 1050	0,91–1,2 %	82–85 %	-	Tipo 2
Type 1200	1,1–1,4 %	-	-	-
Type 1200	1,1–1,4 %	-	T110	-
Type 1700/ Backschrot	bis 2,1 %	100 %	-	-
Weizen-Vollkornmehl*	-	100 %	W1800	Integrale/Vollkorn
Weizen-Vollkornschrot*	-	100 %	-	-
Besondere Mehle und Grieße				
Ruchmehl (CH)	0,91–1,69 %	85–90 %	-	-
Grahammehl (feines Schrotmehl)	-	-	-	-
Hartweizengrieß* (grob/fein)	-	-	-	-
Weichweizengrieß, grob*	-	-	-	-
Roggenmehle				
Type 610	0,6–0,7 %	0–62 %	R500 („Vorschuss“)	-
Type 815	0–0,9 %	69–72 %	-	-
Type 997	0,91–1,1 %	75–78 %	R960 („Normal“)	Tipo 0
Type 1150	1,11–1,3 %	79–83 %	R960 („Normal“)	Tipo 1
Type 1370	1,31–1,6 %	84–87 %	-	-
Type 1740	1,61–1,8 %	90–95 %	-	-
Type 1800/Backschrot	2,2 %	100 %	-	-
Roggen-Vollkornmehl*	-	100 %	R2500	Integrale/Vollkorn
Roggen-Vollkornschrot*	-	100 %	-	-
Dinkelmehle				
Type 630**	0,7 %	0–75 %	D700/glatt	Bianca/Weißmehl
Type 630/ Wiener Grießler/Dunst/ Spätzlemehl**	-	-	D700/griffig	-
Type 812	0,71–0,9 %	76–79 %	-	-
Type 1050	0,91–1,2 %	82–85 %	D1500	-
Dinkel-Vollkornmehl*	-	100 %	-	Integrale/Vollkorn
Dinkel-Vollkornschrot*	-	100 %	-	-
Dinkelgrieß*	-	-	-	-

* Vollkornschrot, Vollkornmehl und Grieß sind nicht typisiert.

** Die Unterscheidung der Type 405 in glatt/griffig/doppelgriffig bezeichnet die Einteilung nach ansteigender Korngröße. Das glatte Mehl ist das feinste, doppelgriffiges Mehl nimmt die Flüssigkeit langsamer auf, ist aber dadurch besonders quellfähig. Eignet sich für "schwierigere" Teige, die besonders elastisch sein müssen.

*** In Südtirol wird das Mehl zusätzlich nach Farben kategorisiert: die Kategorie „Blau“ verfügt über eine höhere Backqualität als die Kategorie „Gelb“.

Frankreich	Schweiz	Beste Verwendungsweise
T45	Weißmehl	klassisches Haushaltsmehl für Kuchen, Torten, Feingebäck, Weißbrot, Kekse, Rührteig, Mürbeteig, Lebkuchen, Brandteig
-	Spezialmehl	Hefengebäck (süß/pikant), Spätzle, Strudel, Knödel, Nockerl, Nudeln, gezogener Strudelteig, Hefeteig
T55	Weißmehl	Hefengebäck, Stollen, Brötchen, Waffeln, Quarkteig, Pizza, Weißbrot, Rührteig, Mürbeteig, Biskuitteig, Quarkteig, Waffeln, Spätzle, Knödel,
-	-	Nudeln, Kartoffelteig, Mehlschwitzen, Spätzle, Knödel, helle Brote
T65	Halbweißmehl	Kuchen, herzhaftes Gebäck, helle Brote
T80	Ruchmehl	pikante Kuchen, Quiche, dunklere Brote
T110	Ruchmehl	dunkle Mischbrote, dunkle Weizenbrote
Ruchmehl	-	dunkle Mischbrote, dunkle Weizenbrote
-	-	Schrotbrote
-	Vollkornmehl	rustikale Vollkornbrote, feines Kleingebäck
-	-	Vollkornschrotbrote, Müsli
-	-	dunkles Mehl mit feinem Schalenanteil (Kleie), für dunkle Brote
-	-	Brote, Semmeln
-	-	Aufläufe, Knödel, herzhafte Desserts , Nudeln
-	-	Aufläufe, Brei, Grießnockerl, Pudding, Suppeneinlagen
-	-	Schmalzgebäck, helle Roggenbrote, Mischbrote
T70	720	Roggenbrote, Mischbrote, Gebäck, Lebkuchen
T85	-	klassisches Brotmehl für Roggenbrote, Mischbrote, Schüttelbrot
T130	1100	Roggenbrote, Mischbrote
T130/170	-	herzhafte Roggen- und Roggenmischbrote, zur Herstellung von Sauerteig
T170	-	dunkle Roggenbrote
-	-	Roggenschrotbrote
-	1900	Roggenvollkornbrote Vollkornschrotbrote
-	Weißmehl	klassisches Haushaltsmehl für Kuchen, Rührteig, Mürbeteig, Stollen, Brandteig, Strudelteig, Pfannkuchen, Hefengebäck, Lebkuchen, Kekse, Torten, Weißbrot, Feingebäck, helle Mischbrote
-	Spezialmehl	Biskuit, Spätzle, Strudelteig, Fein- und Mürbegebäck
-	-	helle Brote, Gebäck
-	Ruchmehl	herzhafte Kuchen, dunkle Dinkelbrote, dunkle Mischbrote (gute Alternative zwischen hellem Mehl und Vollkornmehl)
-	Vollkornmehl	Vollkornbrote
-	-	Müsli, Vollkornschrotbrote
-	-	Grießnockerl, Brei, Aufläufe, Suppeneinlagen



Quelle: DRAX•MÜHLE

Brot

Gemeinsam lenken Thorsten,
Christina und Jens Eiling die
Geschicke der Mühle



Wo Tradition modern
gepflegt wird

Family Business

Wer sich in Facebook-Gruppen zum Brotbacken umsieht, trifft aktuell immer wieder auf eine Mühle – die Biomühle Eiling. Seit 1072 gibt es die Wassermühle in Warstein-Sichtig.

2011 zur Biomühle umgebaut, arbeiten die Brüder Jens und Thorsten Eiling heute mit modernen Anlagen und Methoden. Und das außerordentlich transparent. Christina Eiling, Frau von Müller Jens Eiling, kümmert sich in der Mühle um den Kontakt zu Kundinnen und Kunden sowie das Marketing. Wer Mehl bestellt, findet im Paket oft eine persönliche Notiz von ihr. Im Interview erklärt sie die Arbeit des Betriebes.



Im Sichter wird das Mahlgut nach jeder Mahlpassage mit 96 Sieben gesiebt und sortiert



Mehl wird in mehreren Passagen (Zerkleinerungsstufen) produziert. Im ersten Schritt wird das Getreide auf dem Walzenstuhl geschrotet. Nach Sichtung und Siebung erfolgt eine Sortierung in Schalenteile, Grieße, Dunste, helle und dunkle Mehlteilchen. Die hellen Teile gehen direkt in den Mehlmischer, alle anderen werden auf den anderen Walzenstühlen weiter zerkleinert. So entsteht über 14 Passagen feines Mehl

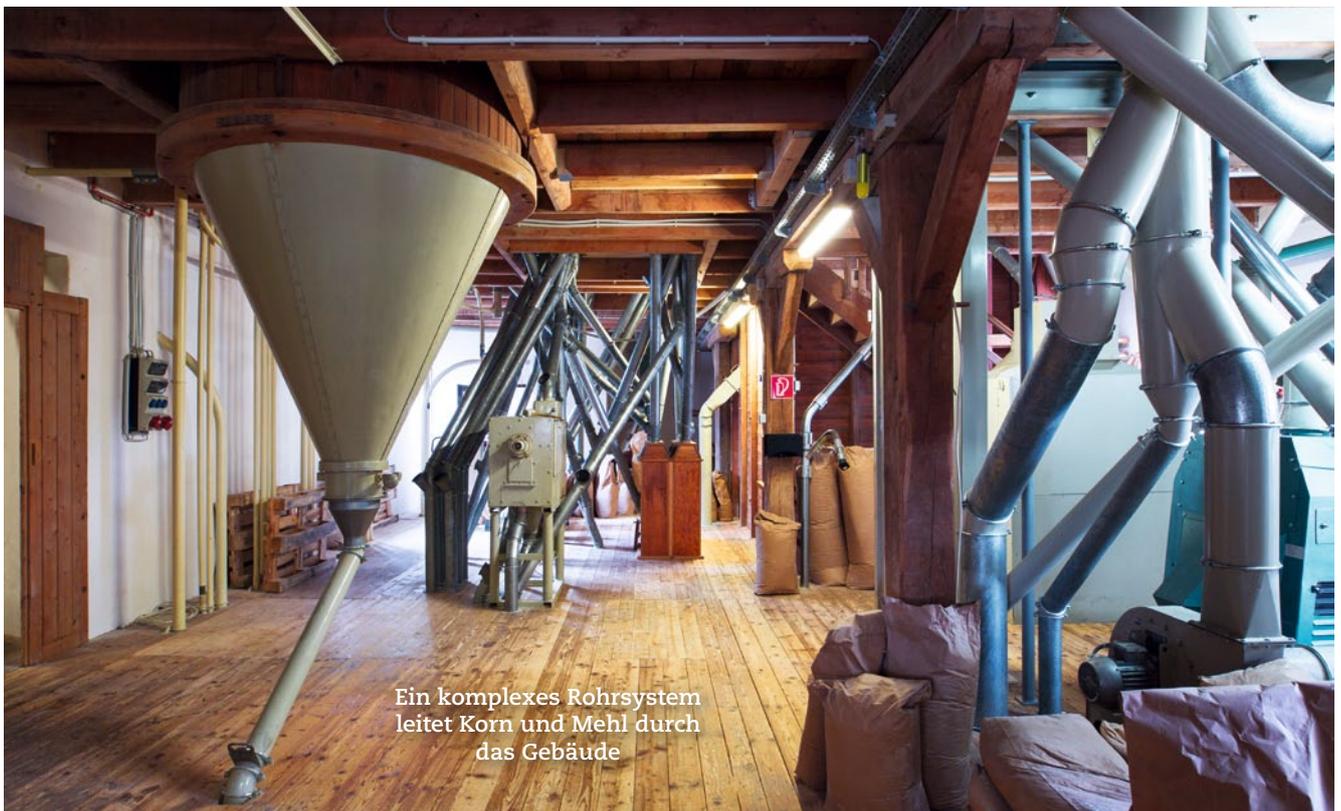
Kaum eine Mühle wird derzeit bei Facebook so oft genannt wie Ihre. Was macht Ihre Mehle so besonders?

Es freut uns sehr, in den sozialen Medien ein positives Feedback zu bekommen und wahn-sinnig tolle Backergebnisse zu sehen. Für viele Hobbybäcker ist das Backen eine wahre Passion und man erkennt, dass ganz viel Zeit und Herzblut investiert wird. Wir möchten das anerkennen und unseren Kunden qualitativ hochwertige Mehle mit guten Kleberwerten und Backeigenschaften liefern. Unsere Mehle sind zudem komplett frei von Zusatzstoffen. Es gibt bei uns keine Ascorbinsäure, keine technischen, genveränderten Enzyme oder ähnliches. Da wir eine reine Biomühle sind, kann der Verbraucher zudem sicher sein, dass nur Biogetreide über die Walzen läuft. Technisch unvermeidliche Vermischungen mit gespritztem Getreide oder

Mehl wird somit ausgeschlossen. Zu guter Letzt war uns selbst gar nicht so bewusst, dass unsere Mehle gerade geschmacklich bei den Verbrauchern sehr gut ankommen.

Worauf führen Sie das zurück?

Es mag daran liegen, dass wir zum Beispiel den Keimling des Korns immer mitvermahlen. Bei Vollkornmehlen zu hundert Prozent, aber auch bei unseren Auszugsmehlen ist er anteilig vorhanden.



Ein komplexes Rohrsystem leitet Korn und Mehl durch das Gebäude





Vermahlen wird das ganze Korn – inklusive Keimling. Das geht zulasten der Haltbarkeit, steigert aber Nährwert und Geschmack



Jede Getreideart hat ihre eigenen Eigenschaften beim Gang durch die Mahlwalzen

Geht das nicht zu Lasten der Haltbarkeit?

Die meisten Mühlen fangen den Keimling am Anfang der Vermahlung ab und verkaufen ihn lieber separat sehr teuer. Mehle ohne Keimling haben tatsächlich den Vorteil, dass sie schnell einmal über ein Jahr lang haltbar sind. Das ist vom Lebensmitteleinzelhandel so gewünscht. Wir finden aber, dass man den Verbrauchern das Beste des Kornes nicht vorenthalten sollte. Daher werden Sie bei uns im

Shop keine Keime zum Verkauf finden. Häufig ist der Verkauf von Weizenkeimen ein Indiz dafür, dass sie den Mehlen dort entzogen werden.

Zentrale Werbebotschaft ist der Herkunftsnachweis des Getreides auf jeder Mehltüte. Wie lässt sich das fehlerfrei realisieren?

Immer mehr Verbraucher legen Wert auf Transparenz. Und die haben wir uns auf unsere Fahnen geschrieben. Bei all unseren selbst produzierten heimischen Mehlen benennen wir den Landwirt auf der Verpackung. Dahinter stecken ehrlich gesagt sehr viel Aufwand und Dokumentation. Für alle Mehle, Schrote, Grieße aus Deutschland, die wir selber produzieren, garantieren wir den Erzeugernachweis. Das ist mit Sicherheit nur möglich, weil wir ein kleiner Handwerksbetrieb sind und man den Landwirt in der Regel über Jahre hinweg persönlich kennt. Wir lagern das Getreide des jeweiligen Landwirtes jeweils in einer eigenen Silozelle. Wird es dann vermahlen, können wir genau zuordnen, woher das Getreide kommt. Das wird mit Namen und Charge auf die Verpackung übertragen. Diese Art der Lagerung und Dokumentation ist natürlich aufwändiger und teurer. Bei den meisten großen Mühlen landet aufgrund der Größe der Lagersilos das Getreide vieler Landwirte in einem Silo. Dann kann keiner mehr genau sagen wann welches Getreide welchen Landwirtes wieder unten aus dem Silo kommt.



Im Farbsortierer werden Verunreinigungen erkannt. So kann auch Mutterkorn, ein giftiger Befall des Getreides, aussortiert werden

In der Regel mischen Mühlen die Getreide verschiedener Bauern so, dass immer eine gleichbleibende Qualität und Backfähigkeit erzielt wird. Warum haben Sie sich dagegen entschieden?

Wir haben uns nicht explizit dagegen entschieden. Aufgrund unseres Anspruchs der Transparenz und Regionalität kommt eine Mischung selten in Frage. Wir versuchen so gut es geht, mit dem Getreide zu arbeiten, das verfügbar ist. Das ist natürlich immer ernteabhängig. Bisher haben wir überwiegend sehr gute Qualitäten. Sind diese doch einmal sehr unterschiedlich, mischen wir auch. Allerdings maximal von zwei Landwirten. Dann stehen aber auch beide auf der Verpackung. Industriemühlen mischen natürlich immer, da ihr Mehl immer



normal. Im Biobereich kann man diese kleinen Schwankungen eben nicht durch Zusätze, Enzymmischungen oder ähnliches ausgleichen. Bisher waren die Kunden aber immer ganz zufrieden. Außerdem muss das Backen doch spannend bleiben, oder? Manchmal muss man etwas mehr Wasser schütten, manchmal etwas weniger. Auch Sauerteig ist ja nie ganz gleich. Mal hat er ein paar Grad mehr gehabt oder ein paar Minuten länger Reife. Die Schwankungsbreite der Ergebnisse ist hier oft größer als die der Mehle.

Sie werben damit, in Bäckerqualität zu mahlen. Was bedeutet das? Viele, gerade größere Industriemühlen, produzieren zwei Qualitäten: einmal das Mehl für die Bäckereien in sogenannter Bäckerqualität. Dieses Mehl hat sehr gute Backeigenschaften, also zum Beispiel hohe Kleberwerte. Der Endverbraucher bekommt eine mindere Qualität in sein Kilo-Paket im Supermarkt. Da muss nämlich der Preis stimmen und hohe Qualitäten sind teurer. Wir machen keinen Unterschied. Bei uns bekommt jeder Kunde die gleiche Qualität der Mehle, ob Profi- oder Hobbybäcker.

gleich sein muss, wenn die Bäckereien es bekommen. Sonst würde es nicht optimal über die automatischen Anlagen laufen. Die Bäckereien, die wir beliefern sind überwiegend Handwerksbetriebe, die zum Teil sogar Teigmacher haben. Natürlich verlangen diese auch gleichbleibende Qualitäten aber es muss schon auch einmal individuell an kleinen Rädchen gedreht werden. Das ist ja auch gerade das spannende an unserem Beruf. So sehen wir das.

Müssen sich die Kundinnen nicht mit jeder neuen Tüte, mindestens aber nach jeder Ernte neu ans Mehl und seine Eigenschaften gewöhnen?

Natürlich fällt jede Ernte leicht anders aus. Kleine Schwankungen wird es mit Sicherheit geben. Das ist bei regionaler Bioware aber

2011 wurde der Betrieb zur einzigen reinen Bio-Mühle in Nordrhein-Westfalen umgebaut

Sie werben auch mit CO2-neutralem Versand. Wie funktioniert der? Die durch den Versand entstehenden Treibhausgase werden durch Klimaschutzprojekte ausgeglichen. Für jedes Paket leisten wir sozusagen eine Ausgleichszahlung. Das ist natürlich nur ein Kompromiss, aber immerhin. Zudem wird seit 2016 die Paketzustellung bei unserem Versanddienstleister mehr und mehr auf Elektrofahrzeuge umgestellt. Ohne Frage wäre es schöner, wenn jeder Kunde direkt bei uns in der Mühle einkaufen könnte. Aber das ist natürlich nicht möglich, und da wir sehr ländlich liegen, wäre die Anfahrt auch nicht umweltfreundlicher. Zudem mussten wir vor einiger Zeit unseren Mühlenladen schließen, da er sich einfach nicht rentierte. Wir wollen unseren ökologischen Fußabdruck jedoch generell so gering wie möglich halten. Das beginnt bei unserer Verpackung. Da gibt es kein Plastik, nur Papiertüten, Papierklebeband, Kartons und recyclebares Füllmaterial, Klarsichttüten aus Maisstärke, Flyer aus Umweltpapier mit CO2-neutralem Druck. Selbst unsere Verschlussclips sind kompostierbar. Und wir arbeiten mit Ökostrom, den wir teilweise selbst produzieren.

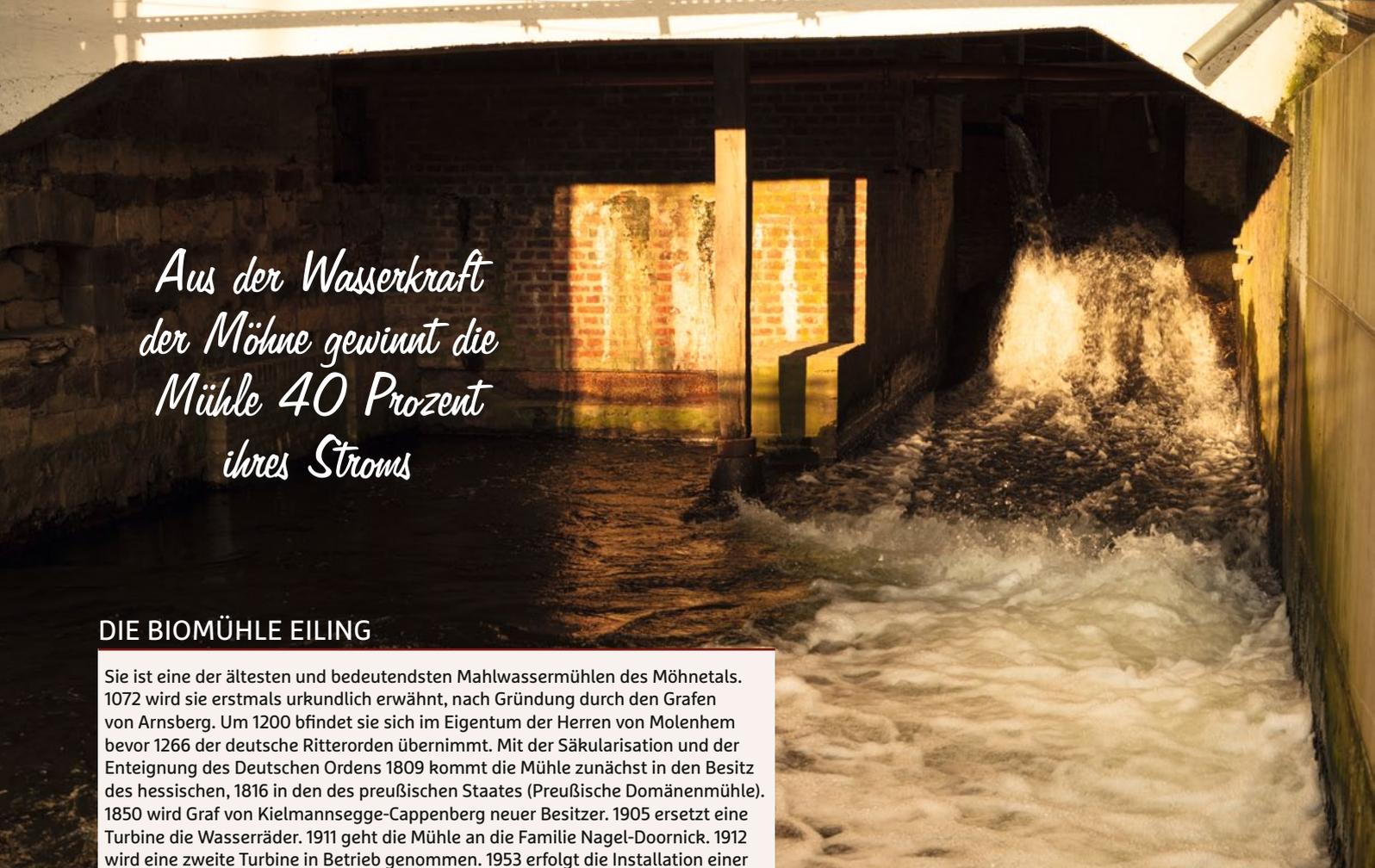
Wie erzeugen Sie Ihren eigenen Öko-Strom?

Mit Wasserturbinen die durch unseren heimischen Fluss, die Möhne, gespeist werden.

Wieviel Prozent Ihre Strombedarfs können Sie damit decken?

Durchschnittlich sind es etwa 40 Prozent. In der Vergangenheit lag der Prozentsatz viel höher. Aber mit steigender Nachfrage produzieren





*Aus der Wasserkraft
der Möhne gewinnt die
Mühle 40 Prozent
ihres Stroms*

DIE BIOMÜHLE EILING

Sie ist eine der ältesten und bedeutendsten Mahlwassermühlen des Möhnetals. 1072 wird sie erstmals urkundlich erwähnt, nach Gründung durch den Grafen von Arnsberg. Um 1200 befindet sie sich im Eigentum der Herren von Molenhem bevor 1266 der deutsche Ritterorden übernimmt. Mit der Säkularisation und der Enteignung des Deutschen Ordens 1809 kommt die Mühle zunächst in den Besitz des hessischen, 1816 in den des preußischen Staates (Preußische Domänenmühle). 1850 wird Graf von Kielmannsegge-Cappenberg neuer Besitzer. 1905 ersetzt eine Turbine die Wasserräder. 1911 geht die Mühle an die Familie Nagel-Doornick. 1912 wird eine zweite Turbine in Betrieb genommen. 1953 erfolgt die Installation einer vollautomatischen Mahlanlage, 2011 der Umbau zur Bio-Mühle Eiling. 2017 wird die Siloanlage gebaut. Bruno Eiling entstammt einer Müller-Familie mit langer Tradition. Nachdem sein älterer Bruder traditionsgemäß den Familienbetrieb erbt, pachtet er in den 1950er Jahren eine kleine Getreidewassermühle in Warstein-Allagen. Vier Jahre später zersört ein Brand die Mühle. Sie wird wieder aufgebaut, bietet aber nicht ausreichend Kapazität. Bruno übernimmt die heutige Mühle im benachbarten Warstein-Sichtig. Sein Sohn Bernhard erbt den Betrieb, der zu der Zeit eine reine Roggenmühle ist. Die heutigen Müller Thorsten und Jens Eiling erlernen den Müllerberuf in der 2010 geschlossenen Stirper Biomühle. Zusammen mit Vater Bernhard gründen sie die heutige Biomühle Eiling GmbH. Der Umbau erfolgt von September 2010 bis März 2011. Die gesamte Mühle wurde modernisiert und ist heute die einzige reine Biomühle in Nordrhein-Westfalen.

wir immer mehr und die erzeugte Strommenge bleibt natürlich gleich. Den fehlenden Strom kaufen wir als Ökostrom regional zu.

Neu im Programm haben Sie besonders kleberstarke Mehle. Was ist deren Geheimnis?

In den sozialen Medien haben wir einen regelrechten Hype um backstarke Mehle wahrgenommen. Die Kunden wünschen sich Mehle mit hohem Klebergehalt und guter Eiweißqualität. Diese üblicherweise ausländischen Mehle, zum Beispiel aus Manitobaweizen, haben aber oft viele Kilometer auf dem Buckel. Wir haben uns gefragt, ob man nicht mit unserer Philosophie der Regionalität solche backstarken Mehle in Bioqualität herstellen kann. Heraus kamen nach einigen Backversuchen zwei kleberstarke Mehle (ein helles, ein Vollkornmehl) mit hohen Proteinwerten.

Also endlich ein Bio-Breadflour deutscher Herkunft?

Wir möchten eigentlich gar nicht den direkten Vergleich zum T65 oder Breadflour ziehen und maßen uns auch nicht an, daran zu kommen.

Der Vergleich würde ohnehin hinken und wäre nicht fair. Denn oft sind das konventionelle Mehle. Den Kunden wird vermittelt, dass diese Mehle tolle Backeigenschaften besitzen. Das mag im Ergebnis so sein, aber sie sind oft auch Zusätzen wie Ascorbinsäure oder Enzymen geschuldet. Letztere sind kaum nachweisbar und werden häufig nicht gerne erwähnt. Wir wollten ein solides, regionales Pendant in Bioqualität ohne jegliche Zusätze.

Braucht ein hoher Klebergehalt nicht viel Sonne und viel Stickstoff-Düngung?

Das Geheimnis liegt in der Sortenwahl. Für dieses Mehl haben wir besonders kleberstarke E-Weizen der höchsten Qualität ausgesucht. Das E steht für Eliteweizen mit sehr hohen „inneren Werten“, die für die meisten heimischen Brot- und Gebäckrezepturen fast zu hoch sind. Es bedarf viel Analysearbeit bis man den passenden Weizen findet. Von 100 Partien kommen nur ganz wenige in Frage. In südlichen, sonnigeren Ländern findet man diese Qualitäten viel häufiger. Daher muss man hier für solche Qualitäten einen hohen Preis bezahlen. Denn hohe Qualitäten gehen

immer auf Kosten des Ertrages. Gerade im Biobereich ist es schwierig, diese Qualität zu finden, da ja nicht mit Stickstoff gedüngt werden darf.

Wofür braucht man solche kleberstarken Mehle?

Eingesetzt werden können die Mehle für Teiglinge mit einer hohen Wasseraufnahme. Zum Beispiel für Ciabatta, Baguette und generell voluminöse Gebäcke mit Langzeitführung. Wir haben schon einige sehr schöne Krumen gesehen, die mit unseren Mehlen gebacken wurden. Unsere kleberstarken Mehle sind hauptsächlich für Langzeitführungen gedacht, wobei die Mehlpartikel mit dem Wasser optimal verquellen können. Dadurch wird der Effekt des Trockenbackens neutralisiert. Für Kurzzeitführungen sind sie hingegen nicht geeignet, da das Brot schnell trocken und zäh wird.

Das Thema Mutterkorn im Mehl schwappt immer mal wieder hoch. Wie lösen sie dieses Problem?

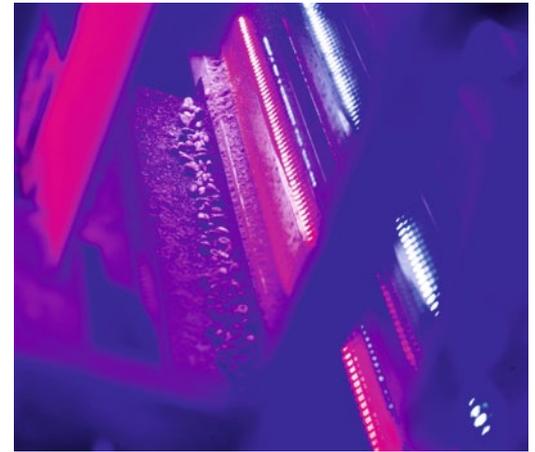
Das Thema „Besatz im Getreide“, und hierbei besonders Mutterkorn, ist für uns ein ernstes. Mutterkorn ist sehr toxisch, gerade für Kinder und Schwangere. Auch wenn es Grenzwerte für die im Mutterkorn enthaltenen Alkaloide gibt, die in Verordnungen festgelegt werden, wäre uns eine Messung zu unsicher. Nach dem Vermahlen des Getreides kann der Gehalt an Mutterkorn aufgrund der Zerkleinerung nicht mehr so einfach bestimmt werden, sodass dieser Höchstgehalt für verarbeitetes Getreide und Getreideprodukte unserer Ansicht nach nicht sicher herangezogen werden kann. Um auf der sicheren Seite zu stehen, haben wir seit zwei Jahren einen Farbausleser, mit dem wir das Mutterkorn und anderen Besatz sicher aussortieren können. Für eine Mühle unserer Größe ist dies schon eine Besonderheit. Wir lassen unser komplettes Getreide darüber laufen.

Sie bieten sowohl klassischen Weizen als auch Urgetreide an. Wo liegt für Sie als Müller der Unterschied?

Den Unterschied merken wir zunächst einmal in der Verarbeitung. Urgetreide ist anspruchsvoller und arbeitsintensiver in der Produktion. Dinkel, Einkorn und Emmer sind die bespelzten Formen von Weizen. Ihre Körner sind von einer Schutzschicht, dem Spelz, umgeben. Beim Einkorn wächst, wie der Name es sagt, ein einzelnes Körnchen an jedem Absatz der Ährenspindel. Dinkel und Emmer haben je zwei



In zugenähten Papiertüten geht das Mehl an die Kundinnen und Kunden



Im Inneren des Farbsortieres wird der Körnerstrom mit LED-Licht beleuchtet und von mehreren Lamas erfasst sowie bewertet

Körner pro Absatz. Emmer wird daher auch Zweikorn genannt. Positiver Effekt der Spelzen ist, dass sie zur Witterungsbeständigkeit beitragen, und andere äußere Einflüsse wie Schädlinge oder Getreidekrankheiten vom Korn fernhalten.

Es verkompliziert aber auch die Weiterverarbeitung...

Ja, das Korn muss vor der Vermahlung vom Spelz getrennt werden. Weiterhin verhält sich Urgetreide anders bei der Vermahlung: Einkorn ist zum Beispiel recht schwer zu vermahlen, da es relativ klebrig ist und im Vermahlungssystem nicht gut durch die Röhren rutscht. Da sind Mehlstaus vorprogrammiert. Kamut hingegen ist ein sehr hartes Getreide, wird schnell grieslig. Es kann nur langsam vermahlen werden bei geringer Mühlenleistung. Aufgrund dieser Tatsachen sind diese Mehle dann im Ende entsprechend höherpreisiger. Aus ernährungsphysiologischer Sicht zeichnen sich Urgetreide durch einen hohen Mineralstoff-, Eiweiß- und Carotinoidgehalt aus.

Sind diese Sorten tatsächlich besser verträglich als Weizen?

Die Zusammensetzung des Glutens ist anders als beim heutigen, modernen Weizen. Viele Kunden berichten daher von einer allgemein besseren Verträglichkeit beim Verzehr von Urgetreideprodukten. Und nicht zuletzt macht der Geschmack den Unterschied – von nussig-würzig bis kräftig-aromatisch mit süßer Note. Da ist für jeden Geschmack etwas dabei. 🍞



Schwierigkeitsgrad: ★☆☆
Getreide: Roggen, Weizen
Triebmittel: Sauerteig, Hefe
Teigkonsistenz: bindig-fest
Zeit gesamt: 14,5-18,5 Stunden
Zeit am Backtag: 2,5 Stunden
Backzeit: 65-70 Minuten
Starttemperatur: 240°C
Backtemperatur: 200°C
nach 15 Minuten
Schwaden: beim Einschließen,
nach 15 Minuten ablassen

Rezept & Bilder: Tanja Schlund

@schlundisworld

/Schlundis.Blog

www.schlundis.com

MARONENLAIBCHEN

Sauerteig

- ▶ 75 g Roggenmehl 1150
- ▶ 75 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 8 g Anstellgut

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

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 360 g Weizenmehl 550
- ▶ 240 g Roggenmehl 1150
- ▶ 385 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 120 g Maronen (geröstet, geschält, in Stückchen)
- ▶ 16 g Honig
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 10 g Frischhefe

Den Duft von gerösteten Maronen kennen die meisten vom Weihnachtsmarkt. Im Brot sorgen die nussig schmeckenden Früchte für das gewisse Etwas. Für dieses Rezept benötigt man durch die Zugabe von etwas Hefe zudem nicht viel Vorbereitungszeit. Es ist daher perfekt geeignet, wenn es am Backtag mal schnell gehen soll.

- Alle Zutaten des Hauptteigs zunächst 5 Minuten langsam und danach 5 Minuten schnell zu einem bindig-festen Teig verkneten.
- Den Teig in eine bemehlte Schüssel geben und abgedeckt 30 Minuten ruhen lassen.
- Danach rundwirken und mit dem Schluss nach unten für etwa 40 Minuten bei Raumtemperatur zur Stückgare in den bemehlten Gärkorb legen.
- Den Backofen mit Backblech oder Pizzastein auf 240°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Nach der Stückgare das Brot direkt vom Gärkörbchen auf das heiße Blech beziehungsweise den heißen Stein kippen und unter Schwaden 15 Minuten anbacken. Dann den Schwaden ablassen und 50-55 Minuten bei 200°C fertig backen. ■

PLZ 20000



Mühle Erks

Backen Sie Ihr Brot
mit unseren
wertvollen Zutaten!



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



Mühlenfinder

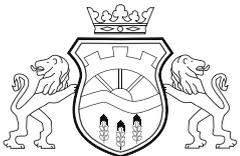
PLZ 50000

braakermühle
Die Backstube der Natur

Bio-Vollkorngetreide,
Backmischungen, Zubehör ...



Online bestellen:
shop.braaker-muehle.de
Braaker Mühle 7, 22145 Braak



Horbacher Mühle

Horbacher Mühle
Prod. u. Handels GmbH

Oberhorbacher Str. 25
53819 Neunkirchen-Seelscheid

Telefon: 02247 / 300 102

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

BIO MÜHLE



EILING

BIO MÜHLE EILING

Möhnstraße 98
59581 Warstein

shop@biomuehle-eiling.de
www.bio-muehle-eiling.de

PLZ 70000

Stingel-Mühle



- Qualitätsmehle aus Weizen, Dinkel und Roggen
- Brotbackmischungen
- Dinkelprodukte
- Backzutaten
- Backkurse

Versandkostenfrei ab 45 Euro



Schwaderloch 9
72336 Balingen
07433/3295
www.mehlkaufen.de

PLZ 80000

Heimatsmühle
SEIT 1908

Unser Mühlenladen
für Genussentdecker



Heimatsmühle 1
73433 Aalen

Telefon 073 61 / 91 51 - 64
www.heimatsmuehle.com

demeter

SPIELBERGER Mühle

Beste Biomehle in großer Vielfalt finden Sie im

- Bioläden
- 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

DRAX•MÜHLE



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

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

Österreich

Schweiz

MAILÄNDER MÜHLE

Egerweg 30 · 86753 Möttingen
Tel.: 09083/208 · Fax: 92 02 08

Online shoppen:
mailaender-muehle.de

Alle Mühlenprodukte auch in BIO
Besondere Spezialität
Gelbweizenmehl




Donath

Donath-Mühle. Bio seit 1925.
Dorfstraße 9
86825 Bad Wörishofen-Stockheim
Telefon 08247/2112
www.donath-muehle.de

demeter BIO

Langer Mühle Atzenbrugg

Mehle und alles rund ums Backen!



la mih la
Langers Mühlenladen

www.lamuehla.at
office@langermuehle.at

Telefon +43 2275 5273
Schubertstraße 15
3452 Atzenbrugg
Österreich



ALTBACHMÜHLE
DIE MÜHLE DER REGION

Schweizer Mehle z.B.
das original Ruchmehl
usw. bequem Online
bestellen auf
altbachmuehle.ch

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.



Siegfried Brenneis und Eva-Maria Kötter
Gesundheitsbewusst Backen
240 Seiten
978-3-87515-214-2
€ 79,90

Immer mehr Menschen setzen auf spezielle Ernährung – zum Teil aus medizinischer Notwendigkeit, zum Teil aus Gründen der individuellen Lebenseinstellung. Backexperte Siegfried Brenneis und Ernährungswissenschaftlerin Eva-Maria Kötter haben sich zusammengetan und präsentieren in dem Buch „Gesundheitsbewusst backen“ Brot, Kleingebäck und Snacks für fast jeden Wunsch. Mit über 60 Rezepten inklusive Step-by-Step-Anleitungen,

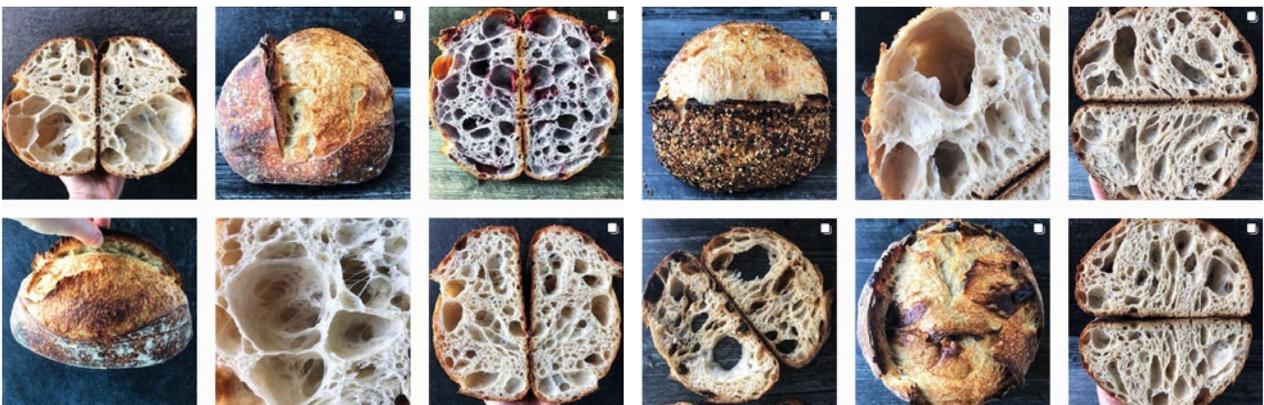
wissenschaftlichem Hintergrund und tabellarischen Übersichten ist dieses Buch der perfekte Begleiter, um auf die unterschiedlichsten Wünsche einzugehen – sowohl für Hobbybäcker, als auch für Profis.



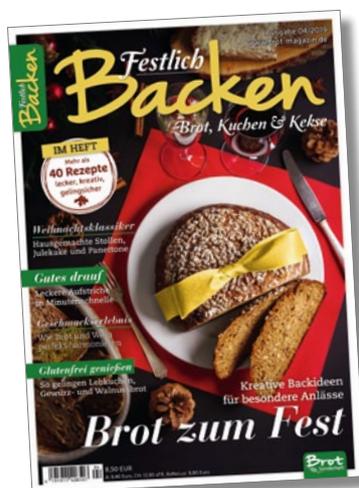
Die Spielberger Mühle finanziert ab sofort jedes Jahr Baumpflanzungen und schafft dadurch einen Ausgleich der verbrauchten Ressourcen für die Papierverpackungen. Die Wertschätzung und der Schutz der Natur und ihrer Ressourcen ist für die Spielberger Mühle ein zentrales Element ihrer Arbeit. Bereits seit 2016 arbeitet sie intensiv an einem plastikfreien, ökologischen Verpackungskonzept und hat mittlerweile einen Großteil seiner Produkte in Beutel aus 100 % Papier verpackt.

Wer die Instagram-Seite @breadstalker_ von „Addie“ besucht, wird jede Menge Luft entdecken. Denn die Brote, die hier zu sehen sind, haben als Markenzeichen fast alle riesige Löcher in der Krume. Seit Beginn des Jahres zeigt die ursprünglich aus Bulgarien stammende Hobbybäckerin auf ihrer Seite, was sie in ihrer Wahlheimat Florida so alles aus dem Ofen holt. Und das ist wirklich sehenswert.

 @breadstalker_



Die Wanderausstellung „Herz zu verschenken“ machte diesen Sommer Station im Lorcher Hilchenhaus. Gezeigt wurden dort Fotos von Menschen, die mit dem Thema Organspende aus persönlichen oder beruflichen Gründen eng verbunden sind. Das Lorcher Traditions-Backhaus Laquai unterstützte die Ausstellung mit einer Spendenaktion. So konnten 250,- Euro an den gemeinnützigen Lorcher Verein übergeben werden. „Wir sind davon überzeugt, dass Herztransplantationen viele Leben retten und so auch dem Tod des Spenders einen Sinn geben können. Deshalb haben wir uns die Spendenaktion zur Ausstellung ausgedacht“ sagte Frank Laquai, Chef des Backhauses F. Laquai

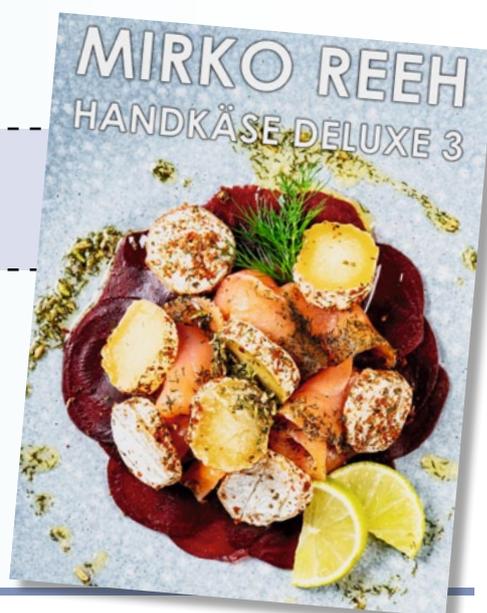


Weihnachtszeit ist Backzeit. Kekse, Kuchen und allerlei andere Leckereien dürfen auf keiner festlichen Tafel fehlen. Neben den Klassikern gibt es aber auch jede Menge weitere kreative Backideen in „Festlich Backen“. Würzige, fruchtige und nussige Aromen – sie sind die Hauptdarsteller im neuen Sonderheft aus der BROT-Redaktion. Die einfachen Rezepte lassen auch Einsteiger Gebäck zaubern, das nicht nur während der Feiertage schmeckt. Von klassischem Stollen über herzhaft Hauptspeisen bis hin zu süßen Aufstrichen ist für jeden Geschmack etwas dabei. Kulinarik-Experten geben darüber hinaus Auskunft, welche Aromen besonders gut harmonieren und ein Ernährungsexperte erklärt, wieso es zu Weihnachten immer so gut schmeckt – und warum man deswegen kein schlechtes Gewissen haben muss. Das Heft erscheint im November 2019 und kostet 8,50 Euro.

 www.brot-magazin.de/einkaufen

2012 brachte Mirko Reeh sein erstes Handkäs'-Kochbuch auf den Markt. Nun ist „Handkäse Deluxe 3“ erschienen. Auf 112 Seiten finden sich 68 neue Rezepte – alle mit Handkäs'. Die Zutaten sind bis auf wenige Ausnahmen in jedem gut sortierten Supermarkt erhältlich. Ob heisslich herzlich mit Handkäs' Supp', exotisch bei Handkäs' Sushi oder als kulinarische Urlaubserinnerung an Südtirol mit Schlutzkrapfen, gefüllt mit Birne und Handkäs' – die Vielfalt ist groß. Ganz edel wird's mit Entenleberpastete in Begleitung von Handkäs' und Cranberries. Direkt aus der Sterneküche kommt eine Mousse vom Handkäs' mit Himbeeren und Portwein-Gelee. Salatfans freuen sich über die Kombo aus Ananas und Handkäs'. Und für den kleinen Hunger gibt's Handkäs' Chips und Handkäs' Popcorn.

Mirko Reeh
Handkäs' Deluxe 3
112 Seiten
9 783749 464548
€ 12,-



Mit ihrer Website www.mipano.de bietet Katja Schmid eine kostenlose, unabhängige Plattform für alle, die vom Brotbackfieber gepackt sind. Die gleichnamige Facebook-Gruppe vereint Brot-Enthusiasten vom Anfänger bis zum Profi, gibt Inputs und Ideen, bietet viel gesammeltes Wissen und Aktivitäten wie Live-Sprechstunden, gemeinsames Ausprobieren und Backen. Im Interview erzählt Katja Schmid, welche Idee hinter mipano steht und wie die Plattform entstanden ist.

Seit wann gibt es mipano?

Die Facebookgruppe wurde im Juni 2018 gegründet, die Brotbackplattform ging Anfang August 2018 mit der Aufschaltung der Brotrezeptsuchmaschine live.

Wie ist die Idee zu mipano entstanden?

Das Durchsuchen meiner Lieblingsblogs nach neuen Rezepten nahm immer mehr Zeit in Anspruch. So entstand die Idee einer zentralen Suche über alle Plattformen. Was für mich hilfreich ist, könnte vielleicht auch andere interessieren – aus diesem Gedanken bringe ich auf www.mipano.de alles online, was ich an Tools und Ideen rund um mein Lieblingshobby finde oder kreiere. Meine rund 20-jährige Programmier- und Marketingerfahrung hilft mir bei der Umsetzung. Die tatkräftige Unterstützung der Admins und die Anregungen von vielen Usern machen das Projekt überhaupt möglich.

Du backst also viel selber?

Ja, unsere Kinder haben in der neuen Heimat Mallorca das Schweizer Brot vermisst. Der 1-Würfel-Hefe-Wochenend-Zopf war nicht mehr genug. Darum begann ich vor vier Jahren, Brot zu backen. In Blogs las ich über lange Fermentation und alternative Triebmittel. Brot kaufen – das gibt es seit langem nicht mehr, dafür immer mehr Bekannte, die meine Backwaren lieben.

Was ist alles auf deiner Website zu finden?

Die Brotrezeptsuchmaschine umfasst über 6.300 indexierte Rezepte aus 56 deutschsprachigen Blogs. Wer regelmässig den „Express-Button“ klickt, verpasst kein neues Rezept mehr. Im mipano Blog-in-Blog sind Brotrezepte von kreativen (Hobby-)Bäckern zu finden. Veranstaltungen wie Backkurse, Online-Sessions sind in der BrotAgenda online und werden direkt von Benutzern erfasst. Im ShopFinder haben wir mit Hilfe unserer Benutzer viele Bezugsquellen für Mehl und Backzubehör gelistet. Die Tausch- und Verkaufsplattform MarktPlatz steht – wie alles auf mipano – kostenlos zur Verfügung. Die Toolbox



Katja Schmid betreibt die Website www.mipano.de



beinhaltet nebst vielen nützlichen externen Links die mipano Tools TA-Rechner, Teigmengenberechnung sowie einen Hefe-Ersatz-Rechner.

Welcher Philosophie folgt mipano?

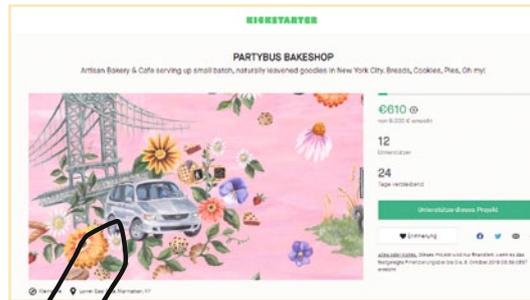
mipano bündelt Know-how, bringt Gleichgesinnte zusammen und unterstützt sie mit digitalen Tools auf dem Weg zum persönlichen Backerfolg.

Was planst du für die Zukunft mit mipano?

Wir haben einige Ideen in der Pipeline. Als Nächstes ist eine Benachrichtigungsfunktion bei neuen Rezepten in der Suchmaschine geplant. Je mehr mipano wächst, desto mehr Spaß macht es, neue Sachen auszutüfteln und unseren Brotfreunden zur Verfügung zu stellen. Es ist ein Herzensprojekt.

Im BROTForum, der Facebook-Gruppe zum Magazin, finden Back-Fans jede Menge Infos, Rezepte und Aktuelles zu ihrem Lieblingsthema. Hier tauschen sich Brotbäcker/innen zu Rezepten aus den letzten Ausgaben aus und präsentieren ihre eigenen Kreationen. Und natürlich erfahren die Mitglieder der Gruppe auch stets, was es Neues aus der BROT-Redaktion gibt.

 /groups/brotforum



„Partybus Bakeshop“ beweist. Mit einem einfachen Konzept hat Sie ihre Idee auf Kickstarter präsentiert: Sie will hochwertige Backwaren anbieten, und das mitten in New York. Ein Croissant mit Kaffee auf dem Weg zur Arbeit oder ein Sandwich für die Mittagspause – alles kein Problem. Aber auch den Brot-Wocheneinkauf oder Baguettes für den Weinabend bekommt man im Shop. Laut eigener Aussage kommen nur die besten Zutaten zum Einsatz, die es im Norden Amerikas zu kaufen gibt. Mit regionalen Rohstoffen und traditioneller Herstellung.

 www.kickstarter.com/projects/partybusbakeshop/partybus-bakeshop

Gutes Brot gibt es nur in Deutschland? Weit gefehlt, wie Jacqueline Eng mit ihrem Crowdfunding-Projekt „Party-



Die Instagram-Seite @bread_masters_ ist nicht nur für Brot-Fans einen Blick wert. Hier finden sich allerlei Bilder von traditionellen oder auch mal ungewöhnlichen Broten von Bäckern aus aller Welt. Ob Vollkorn-Sauerteigbrot, fluffiges Toast oder süßes Gebäck – hier werden nur Videos und Fotos gezeigt, die einem das Wasser im Munde zusammenlaufen lassen.

 @bread_masters_

Anzeige

HÄUSSLER

**Backzubehör
und Werkzeuge**



Gleich online bestellen



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

Webshop und Homepage:
www.backdorf.de
88499 Heiligkreuztal · Tel. 073 71/9377-0

Victoria Huber und
Günther Weber
**Teiggeflüster – die leisen
Töne vom Loretthof**
50 Seiten
€ 13,80



Fast schon als Kunstwerk kann man das Buch „Teiggeflüster – die leisen Töne vom Loretthof“ bezeichnen. Es ist das Ergebnis einer Fotoreportage, die Victoria Huber im Jahr 2014 machte. Dabei lernte sie den Bäcker und Autor Günther Weber kennen und dokumentierte seine Arbeit, die Bäckerei und den Ofen mit der Kamera ganz genau. Was dabei herauskam, ist ein intimer Einblick in Webers Backstube, ergänzt durch wenige, philosophisch angehauchte Texte zum Brotbacken. Es ist kein Hochglanzwerk mit perfekten Fotos, sondern eine authentische Darstellung mit vielen Bildern aus dem Leben – ganz nah und sehr emotional.

ALLTAGSBROT

Schwierigkeitsgrad: ★☆☆

Getreide: Dinkel, Emmer, Hartweizen, Roggen, Weizen

Triebmittel: Hefe

Teigkonsistenz: sehr weich

Zeit gesamt: 21-51 Stunden

Zeit am Backtag: 2-10 Stunden

Backzeit: 47-50 Minuten

Starttemperatur: 220°C

Backtemperatur: 220°C

Schwaden: nein

Viele Hobbybäckerinnen und -bäcker haben ein Brot, das sie oft und gerne backen. Die Herstellung muss sich gut in den Alltag integrieren lassen, es sollte lecker sein und lange frisch bleiben. Alle drei Eigenschaften verbindet dieses Alltagsbrotrezept. Es ist der optimale Begleiter, egal ob herzhaft oder süß. Trotz eines Vollkorn-Anteils von rund 40 Prozent ist es leicht und locker.

Rezept & Bilder: Michelle Deschner

 @mimipustebume

Vorteig

- ▶ 200 g Weizenmehl 550
- ▶ 50 g Hartweizengrieß
- ▶ 175 g Wasser
- ▶ 2 g Frischhefe
- ▶ 2 g Salz

Das Salz und die Hefe im Wasser auflösen, danach alles mit den übrigen Zutaten locker vermischen. Für 12-24 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Quellstück

- ▶ 5 g Flohsamenschalen
- ▶ 100 g Wasser (Raumtemperatur)

Das Wasser über die Flohsamenschalen gießen und mindestens 15 Minuten quellen lassen.

Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ Quellstück
- ▶ 200 g Dinkelmehl 1050
- ▶ 200 g Emmermehl Vollkorn
- ▶ 100 g Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 350 g Wasser
- ▶ 20 g Sonnenblumenöl
- ▶ 13 g Salz



● Alle Zutaten – bis auf das Öl – miteinander vermischen. Wenn der Teig eine durchgängig homogene Farbe und Struktur hat, ist er genug vermischt. Danach das Öl dazugeben und mit unterkneten.

● Den Teig 1 Stunde ruhen lassen. Nach 20, 40 und 60 Minuten mit feuchten Händen dehnen und falten. Danach den Teig für 6-8 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen. Alternativ kann der Teig auch für 16-24 Stunden im Kühlschrank gehen.

● Den Teig auf die Arbeitsfläche geben, zu einem runden Laib formen und mit dem Schluss nach unten in ein bemehltes Gärkörbchen legen. Nochmals 1 Stunde zur Gare stellen.

● Währenddessen den Ofen mit Topf auf 220°C vorheizen. Den Teig in den Topf stürzen und 40 Minuten mit Deckel, danach 7-10 Minuten ohne Deckel backen. ■





Rezept & Bild:
Akademie Deutsches
Bäckerhandwerk



Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Roggen, Weizen
Triebmittel:	Hefe, Sauerteig
Teigkonsistenz:	klebrig, weich
Zeit gesamt:	19-23 Stunden
Zeit am Backtag:	3 Stunden
Backzeit:	60 Minuten
Starttemperatur:	260°C
Backtemperatur:	200°C nach 10 Minuten
Schwaden:	beim Einschießen, nach 10 Minuten ablassen

MARONEN-SESAM- DREIECK

Herbst ist Maronen-Zeit. Sie geben diesem Roggen-Mischbrot das passende Aroma zur Jahreszeit. Ergänzt wird es durch die nussigen Töne des Sesams. Ein Geschmackserlebnis für Genießerinnen und Genießer.

☉ Alle Zutaten – außer die gehackten Maronen – 5 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann 3 Minuten auf schnellerer Stufe kneten. Die gehackten Maronen hinzugeben, nochmal 2 Minuten schnell kneten.

☉ Den Teig 20 Minuten ruhen lassen.

☉ Den Teig rundwirken und dann in eine dreieckige Form bringen.

☉ Den Teigling auf einem Backpapier auslegen, mit einem Handtuch abdecken und 50 Minuten ruhen lassen.

☉ Den Teigling in den gut auf 250°C Ober-/Unterhitze vorgeheizten Ofen einschießen, dabei schwaden.

☉ Nach 10 Minuten den Schwaden ablassen, die Temperatur auf 200°C senken und 50 Minuten zu Ende backen. ■

Sauerteig

- ▶ 150 g Roggenmehl 1150
- ▶ 120 g Wasser
- ▶ 15 g Anstellgut

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

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 270 g Roggenmehl 1150
- ▶ 180 g Weizenmehl 1050
- ▶ 370 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 100 g Maronenpüree
- ▶ 60 g Sesam (geröstet)
- ▶ 50 g Maronen (gekocht, gehackt)
- ▶ 20 g Backmalz (inaktiv)
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 12 g Frischhefe

Einsteigerkurs



AUFFRISCHBROTE



Anstellgut ist in den meisten Fällen die Basis für ein Sauerteigbrot. Man bezeichnet so den Rest eines Sauerteigs, den man zum Ansetzen eines neuen Sauerteigs nutzen kann. Viele Hobbybäckerinnen und -bäcker haben Anstellgut im Kühlschrank stehen und nutzen es regelmäßig. Doch wenn man immer nur einen Teil davon abnehmen würde, wäre der Sauerteig ziemlich schnell leer. Anstellgut benötigt daher Pflege.



Es gibt unterschiedliche Methoden, Anstellgut zu pflegen. Entweder man füttert es mit einer beliebigen Menge Wasser und Mehl im Verhältnis 1:1. Oder man nimmt einen Teil vom Anstellgut ab und füttert nur diesen. Beides funktioniert gleich gut. Bei der zweiten Methode bleiben jedoch immer Reste übrig. Diese können wunderbar in den sogenannten Auffrischbroten verbacken werden.

Bei den Auffrischbroten nimmt man eine wesentlich größere Menge Anstellgut und der Sauerteig geht wesentlich kürzer. In der Regel wird bei einem guten, triebstarken Anstellgut kein weiteres Triebmittel mehr benötigt. Auffrischbrote kann man auf verschiedene Arten herstellen. Je nach Menge und Reife des Sauerteiges können viele Varianten gebacken werden: Mit Weizen-, Dinkel- und Roggensauerteig, aber auch Lievito Madre oder einer Mischung aus allem.

Für Back-Neulinge ist es empfehlenswert, sich zu Beginn an bestehende Rezepte zu halten, da je nach verwendetem Anstellgut verschiedene Faktoren zu berücksichtigen sind. Sowohl die Teigausbeute, als auch die Reifezeit des Teiges müssen genau passen. Zur Veranschaulichung dieser Thematik dient das Rezept „Auffrisch-Mischbrot“ der nächsten Seite. Anhand dessen soll das richtige Mischungsverhältnis nun genauer beleuchtet werden.

Wichtig ist zunächst Verständnis für die Teigausbeute. Sie beschreibt das Mengenverhältnis von Mehl und Wasser im Teig. Wobei das Mehl die Basis ist und immer mit 100 ange-



Das geformte Brot kommt mit dem Schluss nach oben in den bemehlten Gärkorb

geben wird. Dazu addiert sich im Verhältnis das Wasser. 100 g Mehl und 70 g Wasser ergeben zusammen eine Teigausbeute von 170 (kurz: TA 170). Ein Teig mit 600 Gramm Mehl und 300 Gramm Wasser hat entsprechend eine TA 150.

Wenn man seinen Sauerteig mit einer TA 200 führt, das heißt den Sauerteig mit je 100 g Wasser und 100 g Mehl füttert, ergibt sich für das Auffrisch-

Mischbrot-Rezept eine Wassermenge von 160 g zu einer Vollkornmehlmenge von 190 g. Nutzt man jedoch Lievito Madre, die mit einer Teigausbeute von 150 geführt wird, benötigt man etwas mehr Flüssigkeit und etwas weniger Mehl, damit das gleiche Verhältnis von Wasser- und Mehlmenge im Vorteig erzielt wird. Konkret 185 g Wasser und nur 165 g Mehl.

Der Grund hierfür ist, dass bei einem solchen Rezept immer die gesamte Wasser- und die gesamte Mehlmenge im Vorteig gleich bleiben sollten – beim Beispielrezept sind es 235 g Wasser und 265 g Mehl. So bleibt die Teigkonsistenz gleich und es passt zu den Hauptteig-Zutaten, ohne dass man etwas ändern muss.

UMRECHNUNGSBEISPIELE FÜR VERSCHIEDENE ANSTELLGUT-TYPEN BEIM AUFFRISCH-MISCHBROT

150 g Roggensauerteig (75 g Mehl/75 g Wasser - TA 200) + 160 g Wasser + 190 g Vollkornmehl

150 g Lievito Madre (100 g Mehl/50 g Wasser - TA 150) + 185 g Wasser + 165 g Vollkornmehl

150 g Weizensauerteig (65 g Mehl/85 g Wasser - TA 230) + 150 g Wasser + 200 g Vollkornmehl

TA = Teigausbeute



IM GÄRKORB FINDET DIE SOGENANNTA STÜCKGARE STATT

AUFFRISCH-MISCHBROT

Dieses Auffrischbrot kann zeitlich flexibel zubereitet werden. Der Vorteig wird 6-8 Stunden vor dem Hauptteig angesetzt, kann aber auch erst 3 Stunden vorher angesetzt werden, wenn man die Möglichkeit hat, ihn warm gehen zu lassen. Der Hauptteig kann entweder 4 Stunden bei Raumtemperatur oder 1 Stunde bei Raumtemperatur und anschließend 10-12 Stunden im Kühlschrank gehen. Auch die Stückgare kann flexibel gehandhabt werden: Entweder 90-120 Minuten bei Raumtemperatur oder nach 30 Minuten Anspringzeit 8-10 Stunden im Kühlschrank.



Vorsicht mit dem Wasser

Je nachdem, welches Mehl man verwendet, nimmt es mehr oder weniger Flüssigkeit auf. Deswegen ist es ratsam, erstmal 50 g vom Hauptteigwasser zurückzuhalten und alle Teigzutaten zunächst 2 Minuten zu kneten. Wenn der Teig dann ziemlich fest und trocken ist, kann weiteres Wasser noch schluckweise dazugegeben und untergeknetet werden.

Autolyse

Weizenmehl, Roggenmehl, Altbrot, Sonnenblumenkerne und 150 g Wasser mit dem Sauerteig in die Schüssel der Teigmaschine geben und 2 Minuten auf kleiner Stufe verkneten. Die Autolyse bewirkt, dass die Zutaten vorverquellen und der Geschmack und die Kruste verbessert werden. Normalerweise wird der Autolyseteig ohne Triebmittel gemacht. In diesem Rezept ist jedoch die Wassermenge vom Hauptteig zu klein, daher wird hier bereits der Sauerteig dazugegeben. Den Teig abdecken und im Topf 30-60 Minuten quellen lassen.

Den Teig kneten

Zuckerrübensirup und Salz zum Teig geben und auf der kleinsten Stufe 2 Minuten vermischen. Auf mittlerer Stufe weitere 10 Minuten kneten. Wenn der Teig nach 3-4 Minuten relativ trocken aussieht, das restliche Wasser

Schwierigkeitsgrad: ★★★

Getreide: Weizen, Roggen

Triebmittel: Sauerteig

Teigkonsistenz: bindig

Zeit gesamt: 10,5-34,5 Stunden

Zeit am Backtag: 7,5-8 Stunden

Backzeit: 45-50 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 200°C
nach 15 Minuten

Schwaden: beim Einschließen,
nach 10-15 Minuten ablassen

Text, Rezept & Bilder: Valesa Schell

 /groups/785749074867453/

 www.brotbackliebeundmehr.com

Sauerteig

- ▶ 150 g Sauerteigreste (kalt, alternativ Lievito Madre plus 25 g Wasser)
- ▶ 160 g Wasser
- ▶ 190 g Weizenmehl Vollkorn

Die Sauerteigreste mit dem Wasser und einem Schneebesen aufschlagen, bis alles aufgelöst ist. Dann das Mehl untermischen und 3 Stunden bei 26-28°C gehen lassen. Alternativ 6-8 Stunden bei Raumtemperatur.

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 170 g Weizenmehl 550
- ▶ 80 g Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 50 g Altbrot (geröstet und gemahlen, alternativ Semmelbrösel)
- ▶ 200 g Wasser
- ▶ 50 g Sonnenblumenkerne (optional geröstet)
- ▶ 20 g Zuckerrübensirup (alternativ anderes Süßungsmittel)
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 10 g Sonnenblumenöl

schluckweise dazugeben und unterkneten. Der Teig sollte sich immer wieder etwas von der Schüssel lösen, bevor weiteres Wasser dazugegeben wird. Nach 8 Minuten das Öl einlaufen lassen und mit unterkneten. Von Hand sollte der Teig ungefähr doppelt so lange geknetet werden.

Die Stockgare

Das erste Gehenlassen des Teiges nennt man Stockgare. Der Teig kommt dazu in eine leicht geölte Schüssel. Hier wird er gefaltet und rundgewirkt. Für das Falten nimmt man die äußeren Teigenden und faltet sie jeweils zur Mitte hin, dabei dreht man den Teig immer mit, sodass er rundum überall einmal zur Mitte hin gefaltet wurde. Am

DER AUFGEFRISCHETE SAUERTEIG
GEHT BEI RAUMTEMPERATUR.
WENN ES WÄRMER IST,
VERKÜRZT SICH DIE ZEIT

besten geht das mit nassen Händen. Der Teigling wird umgedreht und mit den Händen noch rundgewirkt, also rundgeformt. Das ist deswegen wichtig, damit er eine Oberflächenspannung bekommt.

Der Teig muss nun 4 Stunden gehen. Nach 1 und 2 Stunden kann er nochmals gefaltet und wieder rundgewirkt werden. So können die im Teig entstandenen Gärgase entweichen und neuer Sauerstoff eingearbeitet werden, was die Hefen im Teig anregt. Zudem wird das Glutengerüst gestrafft. Das geht jetzt wieder am leichtesten mit nassen Händen. Alternativ kann man den Teig auch 1 Stunde bei Raumtemperatur und anschließend 10-12 Stunden im Kühlschrank gehen lassen.

Das Rundwirken und Formen

Nach 4 Stunden wird der Teigling wieder auf die leicht bemehlte Backunterlage gegeben und nochmal wie zuvor gefaltet. Den Teigling anschließend umdrehen und rundwirken. Wer einen runden Gärkorb hat, kann den Teigling jetzt direkt mit dem Schluss nach oben in den gut bemehlten Gärkorb geben. Am besten nimmt man dafür Dunst, Maismehl oder Roggenmehl. Das verhindert, dass der Teig nach dem Gehen am Körbchen hängen bleibt.

Bei Verwendung eines länglichen Gärkorbtes wird der Teigling wieder auf die Faltseite gedreht und etwas flach gedrückt. Den Teig von oben her zur Mitte falten. Dann von unten ebenfalls zur Mitte falten. Auf der Unterlage rund und etwas länger rollen. Den Teigling mit dem Schluss nach oben in den bemehlten Gärkorb legen.

Die Stückgare

Wer keinen Gärkorb hat, kann am Anfang auch ein Sieb oder eine Schüssel nehmen und diese mit einem Küchenhandtuch auslegen. Abgedeckt 90-120 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen. Alternativ kann man den Teig nach 30 Minuten Anspringszeit 8-10 Stunden im Kühlschrank lagern.

Die Gehzeit für die Stückgare kann nie ganz genau angegeben werden, da sowohl die Teigtemperatur als auch die Raumtemperatur Einfluss darauf haben. Wenn der Teig in einem eher kühleren Raum steht, kann er auch mal bis zu 2 Stunden brauchen. Wenn es sehr warm ist, auch wesentlich kürzer. Es gibt einen kleinen Trick, wie man selbst den richtigen Zeitpunkt rausfinden kann. Man drückt einfach einen Finger kurz in den Teigling. Wenn der Teig sofort wieder in seine Ursprungsform zurückspringt, braucht er noch. Erst wenn die Delle ein bisschen bleibt und sich erst langsam wieder auffüllt, ist er genau richtig zum Backen. Dazwischen können manchmal nur 10 Minuten liegen. Deswegen sollte man am Anfang lieber öfter überprüfen, wie reif der Teig ist.





Nach der Stückgare wird der Teigling mit schnellen, kräftigen Bewegungen mit einem sehr scharfen Messer eingeschnitten

Den Backofen vorheizen

Den Backofen nach etwa 60-70 Minuten Gehzeit auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Brotteige sollten immer bei möglichst hoher Temperatur in den Backofen kommen. Ein Backblech mit Backfolie oder Backpapier mit aufheizen. Wenn der Teig über Nacht im Kühlschrank gegangen ist, kann er direkt aus dem Kühlschrank in den aufgeheizten Backofen geschoben werden. Auch hier sollte man zuvor den Fingertest machen.

Einschneiden und Einschießen

Den Teigling vorsichtig auf einen Einschießer – also ein dünnes Holzbrett, mit dem der Teigling direkt in den Backofen auf das heiße Blech geschoben wird – oder direkt auf das heiße Backblech stürzen. Das geht am besten, indem man die Hände beim Stürzen etwas mit unter den Gärkorb hält und dabei den fallenden Teigling abfängt.

Jetzt kann der Teigling mit einem möglichst scharfen Messer eingeschnitten werden. Würde man das nicht tun, würde er im Backofen unkontrolliert aufreißen. Die Schnitte sollten tief und schnell, in einem Zug und mit ein bisschen Kraft gemacht werden. Es gibt spezielle Messer zum Einschneiden. Am Anfang geht es aber auch gut mit einer Rasierklinge oder einem Teppichmesser und wenn beides nicht vorhanden ist, auch mit einem gezackten Messer. Das Backblech kommt

nun in den heißen Backofen auf die mittlere Schiene. Das Einbringen des Teiglings in den Backofen nennt man Einschießen.

Das Schwaden

Gleich zu Beginn des Backens benötigt der Teig ordentlich Wasserdampf, damit die Kruste beim Aufgehen im Backofen in den ersten Minuten flexibel bleibt und am Ende des Backens schön knusprig wird. Das Wasser sollte immer in den Backofen kommen, wenn der Teigling bereits eingeschossen ist. Das geht am Anfang am besten mit einer Sprühflasche mit Wasser. Bei kalkhaltigem Wasser empfiehlt es sich, destilliertes Wasser zu nehmen, da man sonst Kalkflecken im Backofen bekommt. Man sprüht also richtig viel Wasser über den Teigling und an die Wände des Backofens, sodass im Innenraum viel Dampf entsteht.

Das Backen

Bei 250°C 15 Minuten backen, dann den Backofen auf 200°C herunterregeln und weitere 30-35 Minuten backen. Nach den ersten 10-15 Minuten den Backofen kurz öffnen und den Dampf etwas abziehen lassen, sonst würde das Brot am Ende nicht knusprig werden. Wenn man am Ende nicht sicher ist, ob das Brot fertig ist, kann man die sogenannte Klopfpfrobe machen. Dazu klopft man mit den Fingern gegen die Unterseite. Das sollte sich hohl anhören – dann ist es fertig. Das Brot auf einem Kuchengitter abkühlen lassen. ■



Mikrobiologische Untersuchung
von **Schokoladen-Sauerteig**

Lebhaft und aromatisch

Schokoladen-Starter eignet sich hervorragend für süße Sauerteig-Produkte. Das liegt an der einzigartigen Zusammensetzung der Mikroorganismen. Vanessa Kimbell hat ihr Anstellgut im Labor untersuchen lassen. Hier erzählt sie von den Erkenntnissen und von der berührenden Geschichte hinter diesem besonderen Sauerteig.





Auch bei der Fermentation von Kakao-Bohnen spielen Mikroorganismen eine Rolle, die sich im Sauerteig finden lassen

Text & Bilder:
Vanessa Kimbell

Man trifft nur selten im Leben jemanden, der alles ändert.

Im Mai 2013 schenkte mir mein Freund – Schokoladenmacher, Aktivist und einer der Gründer der Grenada Chocolate Company Mott Green – etwas Schokolade. Früher in dem Jahr hatte ich die Kakao-Bohnen ausgewählt, fermentiert sowie verarbeitet und so einen Teil der Schokolade hergestellt, die auf einem 32 Meter langen Segelschiff nach Großbritannien gebracht wurde. Ich empfand das als triumphale Leistung.

Mit einer braun gebrannten Crew internationaler Seeleute legte das „Fair Transport“-Schiff „Tres Hombres“ im Hafen an und wir luden 50.000 Tafeln Schokoladen. Danach hingen wir noch auf dem Schiffsdeck rum, tranken Rum und diskutierten die Zukunft von Schokolade und ihrem Transport. Diese 50.000 Tafeln waren für uns nicht einfach nur Schokolade. Es war ein Triumph des Trotzes, eine köstliche Hommage an die Entschlossenheit eines Mannes, der die Schokoladenwelt herausforderte. Motts Vision war es, die Arbeiter auf den Kakao-Plantagen zu stärken, faire Preise zu zahlen und die an der Produktion beteiligten Menschen ebenso wie ihr Land zu respektieren.

Mott sprach über das konventionelle System als barbarische Szene, in der Kinderarbeit gebilligt werde. Er selbst hatte etwas getan,

was vor ihm so niemand getan hatte – er produzierte mit Solarenergie handgefertigte Schokolade, von der die Bauern direkt profitierten und ließ sie nun mit der Kraft des Windes von Fair-Transport-Piraten nach Europa bringen. Dabei schmeckte sie auch noch fantastisch. Ich war verliebt in seine Leidenschaft, seine Energie und seine Entschlossenheit.

Vier Monate später fuhren Mott und das „Tres Hombres“-Schiff mit der Schokolade im Hafen von Portsmouth ein. Ein Moment des Triumphes, ein Erfolg gegen alle Widerstände. Wir freuten uns, feierten, lachten, schenkten uns mehr Rum ein und tranken auf die Zukunft. Im Laderaum, umgeben von Schokolade, führte ich mit Mott eines der ergreifendsten und intimsten Interviews. Wir sprachen über die Reise, das Gefühl des Jubels und die Zukunft.

Einen Monat später, kurz vor der Ausstrahlung des Interviews im BBC 4 Food-Programm, starb Mott bei einem tragischen Unfall. Von einem gebrochenen Herzen zu sprechen, würde der Situation nicht gerecht werden. Ich war am Boden zerstört, ebenso wie Motts Familie und Kollegen.

Zwei Jahre lang stand die Schokolade, die mir Mott an diesem Tag geschenkt hatte, unberührt im Regal meiner Speisekammer, während

ÜBER DIE AUTORIN

Vanessa Kimbell studiert derzeit im Bereich Ernährung und Verdaulichkeit von Brot. Sie ist sowohl Studentin als auch Sauerteigspezialistin, Bäckerin und preisgekrönte Autorin des Bestseller-Buches: *The Sourdough School*. In ihrer Schule nördlich vom britischen Northamptonshire gibt sie Kurse und betreibt Sauerteig-Forschung. Vanessa produziert regelmäßig Beiträge für BBC Radio 4.



Eine faire Entlohnung der Arbeiterinnen und Arbeiter auf Kakao-Farmen war wichtiges Anliegen für Mott Green

die Welt und ich lernten, mit dem Verlust zu leben. Ich brachte es nicht übers Herz, sie zu essen. Diese Schokolade fühlte sich an wie die einzige physische Verbindung zu dem Mann, der mich so sehr inspiriert hatte. Andererseits konnte ich sie auch nicht einfach im Regal stehen lassen, wo sie nur verdarb und verstaubte. Das Verfallsdatum rückte näher und ich wusste, Mott wäre nicht einverstanden gewesen, sie einfach schlecht werden zu lassen.

Weitere sechs Monate gingen ins Land. Ich sprach mit einem Freund über den Geschmack von Sauerteig, und über die Unterschiede verschiedener Arten von Laktobazillen, die man auch in der Kakao-Fermentation gefunden und über die ich in einer Studie gelesen hatte. In dem Moment fiel der Groschen. Mott hatte mir während eines Gesprächs, umgeben von Kakao-Bohnen, einmal erzählt: Wer den Geschmack der Schokolade steuern will, muss den Prozess der Fermentation vollumfänglich verstehen. Und welche Rolle die Bakterien dabei spielen.



Vor allem süße Teige lassen sich mit dem Schoko-Starter produzieren



Das war die Antwort. Ich musste die Bakterien seiner Schokolade wiederbeleben. Ich nutzte sie und das Kakaopulver, um einen Schokoladen-Anstellgut anzusetzen. Heraus kam ein wunderbar lebendiger und harmonisch bitter-süßer Sauerteig.

Wir nutzen unseren Schoko-Starter vor allem für süße Sauerteig-Rezepte wie Pain De Mie. Er gibt ein harmonisches Joghurt-Aroma und leckere, süße Sauerteige. Das Anstellgut selbst schmeckt süß, obwohl kein Zucker zugesetzt wird und es scheint diese Süße auch länger zu halten als jeder andere Starter in unserer Sauerteigschule.

Nach 18 Monaten Arbeit mit dem Schoko-Anstellgut gab ich es zur Analyse in ein Labor. Die Ergebnisse haben bestätigt, dass es in der Tat homofermentative Kulturen sind, die einen süßlich-milchigen Geschmack erzeugen. Betrachtet man die Analyse genauer, wird deutlich, dass die komplexen Aromen und die Fähigkeit des Anstellguts, auch nach einer Zeit der Vernachlässigung noch hervorragend zu arbeiten, mit Bakterien zu tun haben, die aus der Schokoladen- und Kakao-Fermentation kommen.

LESE-TIPP

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



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

Die Analyse

Folgende Zusammensetzung ergab die Labor-Untersuchung des Schokoladen-Sauerteigs:

Candida humilis – eine Hefe-Kultur aus der Gattung Candida.

Laktobazillus plantarum (43%) ist die dominante Kultur im Schoko-Sauerteig – homofermentative Laktobazillen, die sowohl in der Kakao-Fermentation als auch häufig in Sauerteigen zu finden sind. Sie fühlen sich bei Temperaturen zwischen 15 und 45 °C und pH-Werten von bis zu 3,2 wohl. Sie stehen gewöhnlich in einer symbiotischen Beziehung zum Fructobazillus pseudoficulneus, eine der heterofermentativen Kulturen, die sich im Starter fanden.

Laktobazillus sanfranciscensis (38%) wurde 1973 in San Francisco entdeckt und ist eine heterofermentative Kultur, die dem Sauerteigbrot seinen charakteristisch sauren Geschmack gibt. Sie findet sich in beinahe jedem Sauerteig und gedeiht am besten bei einer Temperatur von 33°C.

Laktobazillus fermentum (16%) ist eine heterofermentative Kultur und kann als die Kultur kategorisiert werden, die sich am besten an das Ökosystem des Kakao-Fruchtfleisches anpassen kann. Bestimmte Stränge der Kultur werden oft in probiotischen Nahrungsergänzungsmitteln eingesetzt. Sie sind außerordentlich hitzebeständig und überleben auch niedrige pH-Werte. Es gibt Stämme dieser Kultur, die



Die Zusammensetzung der verschiedenen Mikroorganismen während der Fermentation bestimmt über den Geschmack im Endprodukt

im Sauerteig die Fähigkeit haben, Amylasen zu produzieren, die für den Abbau von Stärke zu Einfachzuckern nötig sind. Das mag erklären, warum der Starter so aktiv ist.

Fruktobazillus pseudoficulneus (12%) ist eine fakultativ heterofermentative Kultur, die sich als sehr gut angepasste Kultur bei der Kakao-Fermentation erwiesen hat. Sie überlebt hohe Temperaturen ebenso wie hohe pH-Werte. Grundsätzlich bevorzugt sie Fruktose als Nahrungsquelle und produziert sowohl Milch- also auch Essigsäure. Sie kann aber auch Glucose verwerten und hauptsächlich Milchsäure produzieren.

Acetobacter pasteurianus (8%) ist eine Essigsäure produzierende Kultur und eine der vorherrschenden Arten in der Kakao-Fermentation. Eine ihrer Hauptaufgaben dabei ist es, den Keim der Kakao-Bohne zu töten, um ihr Wachstum zu verhindern. Die Bakterien verändern auch mehrere von anderen Organismen produzierte Verbindungen und bestimmen auf diese Weise Aroma und Geschmack des Endprodukts. Interessant zudem, dass der Fruktobazillus pseudoficulneus auch für die Produktion des traditionellen japanischen schwarzen Reis-Essigs Kurozu verwendet wird.

Die Analyse bestätigt und erklärt alle sensorisch wahrzunehmenden Eigenschaften des Schokoladen-Sauerteigs. Er lässt sich einfach herstellen, indem bei der Pflege eines bestehenden Anstellguts 20 Prozent des Mehls durch Kakao-Pulver ersetzt wird. Am besten gutes Kakao-Pulver aus fairem Handel. 🍫

*Nachhaltigkeit auf allen Ebenen
– mit Windkraft ließ Mott
Green die Schokolade nach
Großbritannien bringen*



Anzeige

la mäh la
Langers Mühlenladen

www.lamuehla.at

Brot selber
backen ist ...



... ganz einfach mit unseren
BIY-Backsets

Bake It
BIY
Yourself

Brot Laden

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

199,- EURO



Weiden-Brotkörbe

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

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

9,- EURO

Loaf-Nest

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

Lang
27,90 x 43,20 cm

Standard
27,90 x 30,50 cm

28,95 EURO

24,95 EURO

Vejibag

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

Food Huggers

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

Avocado

11,95 EURO

17,95 EURO

5er-Set

19,95 EURO

4er-Set groß

6er-Set klein

Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110



259,- EURO



FIDIBUS 21

FIDIBUS Classic



379,- EURO

229,- EURO



KoMo-Handmühle

Top-Mühlen namhafter Hersteller

KoMo

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

KoMoMio



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

Hawos

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



399,- EURO

199,- EURO



Mockmill 100

Mockmill

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

Mockmill 200

279,- EURO



Mockmill Professional 200

499,- EURO

399,- EURO



Mockmill Professional 100

Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110

Die BROTSchürze

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

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

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



Blaubeere



Ingwer

BROTLeinen

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

BROTKorb

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

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

28,- EURO



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

Info

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

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

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

29,- EURO



BROTBeutel

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

23,- EURO



Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110





18,50 EURO

Bee's Wrap Baguette
33,5 x 66 cm



14,- EURO

Bee's Wrap Sandwich
33 x 33 cm



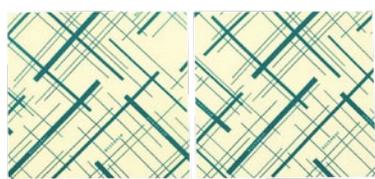
Bee's Wrap 3er-Set Käse
25 x 27,5 cm

22,- EURO



26,- EURO

Bee's Wrap Frühstückspause



54,- EURO



Natürliche Verpackung

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

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

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

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

23,- EURO



23,- EURO

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

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

Bee's Wrap Brot extra groß
43 x 58 cm



24,- EURO

Bee's Wrap 3er Set groß
33 x 35 cm

18,50 EURO



Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110





Schneidbrett Buche

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



Der Gär-Automat

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

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

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



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

Zusätzliches Gärblech für den Brod & Taylor Gärautomaten. 📏



Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110



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



BROTmesser, Hamburger

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

Ein weitere Besonderheit ist die Verwendung von 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
 Nieten: Aluminium
 Klinge: rostfrei
 Oberfläche: blaugepließtet
 Klingenlänge: ca. 260 mm
 Gesamtlänge: ca. 400 mm

BROTmesser, Ellenlang

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

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

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

Küchenthermometer

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



Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110



AYRAN-SAATEN-ZWIRBEL

Rezept & Bilder: Nadja Alessi
@little_kitchen_and_more



Ayran ist ein Erfrischungsgetränk auf Joghurtbasis. Es eignet sich aber auch sehr gut als Schüttflüssigkeit für Brot. Die Krume wird dadurch extra fluffig. Für zusätzlichen Geschmack und Biss bei diesem Rezept sorgen Saaten. Und darüber hinaus ist das Brot auch noch schnell gemacht.

☉ Alle Zutaten zuerst 3 Minuten langsam und dann 8 Minuten schneller verkneten.

☉ In eine Schüssel geben und insgesamt 80 Minuten gehen lassen. Nach 45 Minuten den Teig dehnen und falten.

☉ Im Anschluss den Teig in 3 Teile zu je rund 275 Gramm teilen, länglich formen und auf einem Bett aus den gewünschten Saaten „verzwirbeln“, also in sich verdrehen. Danach die Teiglinge auf einem mit Backpapier ausgelegtem Blech abgedeckt 40 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.

☉ In der Zwischenzeit den Ofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Ayran Saaten-Zwirbel in den Ofen schieben, sofort die Temperatur auf 230°C reduzieren und 25 Minuten backen. 🍴

Für Einsteiger
geeignet

Schwierigkeitsgrad:	☆☆☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	leicht klebrig
Zeit gesamt:	3 Stunden
Zeit am Backtag:	3 Stunden
Backzeit:	25 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	230°C
Schwaden:	Nein

Hauptteig

- ▶ 500 g Weizenmehl 812 (alternativ 350 g Weizenmehl 550 und 150 g Weizenmehl 1050)
- ▶ 330 g Ayran (lauwarm)
- ▶ 70 g Milch
- ▶ 10 g Frischhefe
- ▶ 9 g Salz

Zum Bestreuen

- ▶ Saaten nach Geschmack (zum Beispiel Sesam, Sonnenblumenkerne, Haferflocken)



Tip

Wer kein Ayran hat, kann stattdessen auch 250 g Wasser, 80 g Naturjoghurt und 1 g Salz vermischen und verwenden.

Kochen mit Brot

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

Rezepte und Styling: Stevan Paul

Bilder: Andrea Thode

Tomatensuppe
mit gegrillten
Käse-Sandwiches



Kraut-Knödel-
Gugelhupf
mit Käsesauce

Birnen-
Pudding



Tomatensuppe mit gegrillten Käse-Sandwiches

Diese reiche Tomatensuppe wird mit kleinen Grilled Cheese-Sandwiches gereicht und mit Meerrettich geschärft – das Ganze fällt eindeutig unter den Hashtag #gönndir.

Zutaten (Für 4 Personen)

- ▶ 800 g frische Tomaten
- ▶ 30 g getrocknete Tomaten
- ▶ 2 Zwiebeln
- ▶ 1-2 Knoblauchzehen
- ▶ Olivenöl
- ▶ 1 EL Zucker
- ▶ 50 g Tomatenmark
- ▶ 500 ml Tomatensaft
- ▶ 400 ml stückiges Tomatenragout
- ▶ Salz
- ▶ Chili
- ▶ Balsamessig (Aceto Balsamico)
- ▶ 6 Scheiben Toastbrot
- ▶ 1-2 EL weiche Kräuterbutter
- ▶ Basilikum
- ▶ geriebener Meerrettich aus dem Glas
- ▶ 3 Cheddar-Sandwichscheiben

- Getrocknete Tomaten mit einer Schere klein schneiden.
- Zwiebeln und Knoblauch pellen und fein würfeln.
- Frische Tomaten entstrunken und grob würfeln.
- Zwiebeln und Knoblauch in einem Topf mit 3 EL Olivenöl glasig dünsten. Zucker einstreuen und unterrühren. Tomatenmark zugeben und unterrühren. Die frischen sowie die getrockneten Tomaten unterrühren. Mit Tomatenragout und Tomatensaft auffüllen. Mit Salz würzen und zugedeckt 30 Minuten leise köcheln.
- Die Suppe fein pürieren und durch ein Sieb in einen zweiten Topf passieren. Mit einem Hauch Chili sowie 1-2 Tropfen Balsamessig final abschmecken.
- Toastscheiben dünn mit Kräuterbutter bestreichen, mit Cheddar-Sandwichscheiben belegen und zusammenklappen, 4 EL Olivenöl in einer Pfanne aufwallen lassen, die Sandwiches hineingeben und bei milder Hitze von jeder Seite 3-4 Minuten goldbraun braten.
- Basilikum zupfen.
- Die Suppe in vorgewärmte tiefe Teller geben. Sandwiches vierteln und mit Meerrettich und Basilikum bestreut zur Suppe servieren. ■

Zubereitungszeit



45 Minuten





Kraut-Knödel-Gugelhupf mit Käsesauce

Eine zünftige Angelegenheit ist der Gugelhupf aus lockerer Semmelknödelmasse mit Sauerkraut und Speck. Dazu gibt es cremige Käsesauce.

🕒 Das Brot fein würfeln.

🕒 Das Sauerkraut trocken ausdrücken und fein schneiden.

🕒 Die Zwiebeln pellen und fein würfeln.

🕒 Den Speck fein würfeln.

🕒 2 EL Butter in der Pfanne schmelzen, die Zwiebeln und den Speck darin andünsten, das Kraut zugeben und 2 Minuten schmoren.

🕒 Die Masse in einer Schüssel noch heiß mit der kalten Milch verrühren, die Eier ebenfalls unterrühren. Teig mit den Händen gut durchkneten, eventuell mit Salz würzen (oft reicht das Salz von Speck und Laugengebäck).

🕒 15 Minuten ziehen lassen.

🕒 Den Ofen auf 180°C vorheizen.

🕒 Eine Gugelhupf-Form mit 1 EL Butter ausstreichen, mit Bröseln austreuen. Die Masse hineingeben, leicht andrücken. Im Ofen auf der ersten Schiene von unten 40 Minuten backen.

🕒 In der Form kurz auskühlen lassen, dann die Ränder mit einem Löffel lösen, den Gugelhupf stürzen. Ist er noch hell, kann er bei Umluft im 220°C heißen Ofen rasch nachgebräunt werden.

🕒 Für die Käsesauce das Mehl mit der Butter verkneten. Brühe, Milch und Sahne aufkochen, die Mehlbutter mit einem Schneebesen einrühren, aufkochen und 2 Minuten unter Rühren kochen. Dann den Käse zugeben und unter Rühren schmelzen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Sauce mit einem Spritzer Weißwein abschmecken und zum Gugelhupf servieren. Dazu passt Salat. 🍴

Zutaten

(Für 4-6 Personen)

Semmelknödel-Gugelhupf

- ▶ 250 g einfache Brötchen oder Weißbrot
- ▶ 250 g Laugenbrötchen (oder Brezeln)
- ▶ 1 Dose/Glas Sauerkraut (400 g EW)
- ▶ 2 Zwiebeln
- ▶ 150 g durchwachsener Speck
- ▶ 3 EL Butter
- ▶ 300 g Milch
- ▶ 2 Eier (M/L)
- ▶ Salz
- ▶ 2 EL Semmelbrösel

Käsesauce

- ▶ 20 g Weizenmehl 405
- ▶ 25 g Butter
- ▶ 100 g Gemüsebrühe
- ▶ 200 g Vollmilch
- ▶ 50 g Schlagsahne
- ▶ 150 g geriebener Gruyère Käse
- ▶ Salz
- ▶ Schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- ▶ Weißwein

Zubereitungszeit



75 Minuten

Birnen-Pudding

Als Pudding bezeichnet man im Wasserbad gegarte Speisen. Insbesondere Brot-Pudding war und ist, beispielsweise in Großbritannien, sehr beliebt – hier in einer fruchtigen Variante mit Birne und Rosinenstuten. Der gekochte Pudding in Volkes Mund ist eigentlich ein Flammeri.

Zutaten (Für 6 Portionsförmchen)

Birnenpudding

- ▶ 150 g Rosinenstuten oder Zopf-Brot, altbacken oder frisch
- ▶ 1 Birne
- ▶ 1 EL Zitronensaft
- ▶ 2 Eier (M)
- ▶ Salz
- ▶ 80 g Puderzucker
- ▶ 100 g Milch
- ▶ 100 g Schlagsahne
- ▶ Butter für die Förmchen
- ▶ 2 EL Semmelbrösel
- ▶ Puderzucker

Schokoladensauce

- ▶ 150 g Bitterschokolade
- ▶ 100 g Schlagsahne
- ▶ 50 g Milch
- ▶ 1-2 TL Zucker

Optional

- ▶ Rote Johannisbeeren
- ▶ frische Minze

- Das Brot fein würfeln.
- Die Birne ungeschält fein würfeln und mit Zitronensaft mischen.
- Eier trennen, das Eiweiß mit einer Prise Salz mit dem Handrührgerät steif schlagen.
- Eigelb mit Puderzucker mit dem Handrührgerät dicklich cremig aufschlagen. Milch und Sahne unterrühren und zu einer glatten Masse verrühren. Brot und Birnen untermengen, dann das Eiweiß unterheben.
- Ofen auf 200°C vorheizen, ein tiefes Blech mit zwei Fingerbreit Wasser hineinschieben.
- Die Portionsförmchen mit Butter ausstreichen, mit Semmelbröseln ausstreuen. Die Birnen-Masse hineingeben, die Förmchen ins Wasserbad im Ofen stellen und 20-25 Minuten goldbraun backen.
- Inzwischen die Schokoladensauce zubereiten: Schokolade grob zerbrechen und mit Sahne, Milch und Zucker unter Rühren in einem Topf bei milder Hitze schmelzen, bis eine glänzende Sauce entstanden ist.
- Birnen-Pudding mit Puderzucker bestäuben und warm mit Schokoladensauce servieren. Optional mit Johannisbeeren und Minze ausgarnieren. 🍴

Zubereitungszeit
🕒 40 Minuten



WALNUSS- KNUSPER-KRUSTE

Kräftige dunkle Sauerteigbrote schmecken als Beilage zu herzhaften Speisen oder mit würzigem Aufschnitt belegt. Das gilt auch für dieses Rezept eines aromatischen und knusprigen Brotes, das durch Sauerteig und Brühstück lange frisch bleibt. Die enthaltenen Walnüsse sind zudem reich an wertvollen Omega-3-Fettsäuren.

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Roggen, Weizen
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	bindig-fest
Zeit gesamt:	15-19 Stunden
Zeit am Backtag:	5 Stunden
Backzeit:	60 Minuten
Starttemperatur:	240°C
Backtemperatur:	200°C nach 15 Minuten
Schwaden:	beim Einschließen, nach 15 Minuten ablassen

Sauerteig

- ▶ 140 g Roggenmehl 1150
- ▶ 140 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 20 g Anstellgut

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

Brühstück

- ▶ 100 g Walnüsse (in Stücken)
- ▶ 30 g Sonnenblumenkerne
- ▶ 30 g Kürbiskerne
- ▶ 40 g Haferflocken (kernig)
- ▶ 100 g Wasser (kochend)

Alle Zutaten für das Brühstück vermischen und mindestens 2 Stunden quellen lassen.

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Brühstück
- ▶ 250 g Roggenmehl 1150
- ▶ 200 g Weizenmehl 1050
- ▶ 250 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 12 g Salz

● Alle Zutaten für den Hauptteig erst 5 Minuten langsam und dann 5 Minuten schneller zu einem bindig-festen Teig verkneten.

● Den Teig in eine bemehlte Schüssel geben und abgedeckt 45-60 ruhen lassen.

● Danach rundwirken und mit Schluss nach unten für etwa 60 Minuten bei Zimmertemperatur in den bemehlten Gärkorb legen.

● Zwischenzeitlich den Backofen auf 240°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

● Das Brot direkt aus dem Gärkörbchen auf ein aufgeheiztes Backblech oder einen Pizzastein kippen und unter Schwaden 15 Minuten anbacken. Dann den Schwaden ablassen und 45 Minuten bei 200°C fertig backen. ■



Rezept & Bild:
Tanja Schlund

schlundisworld

/Schlundis.Blog

www.schlundis.com

HÜTTEN-POWER-BROT

Das tägliche Brot – ob in der Mittagspause oder der Schule – braucht Abwechslung. Es sollte gesund und sättigend sein, muss aber auch Energie für den Tag geben. Mit dem Hütten-Power-Brot gelingt das ganz leicht. Belegt mit Wurst, Käse oder auch mit einem süßen Aufstrich wie Honig oder Marmelade, wird die Pause zum Vergnügen.

☉ Alle Zutaten auf langsamer Stufe 10 Minuten gut miteinander vermischen, dann weitere 5-10 Minuten auf schnellerer Stufe kneten, bis sich der Teig vom Schüsselrand löst.

☉ Den Teig in eine geölte Schüssel geben, abdecken und 2 Stunden bei Raumtemperatur anspringen lassen. In dieser Zeit zweimal dehnen und falten, anschließend für etwa 20 Stunden in den Kühlschrank stellen.



☉ Am Backtag den kalten Teig sofort zu einem Laib formen, mit Schluss nach unten in ein bemehltes Gärkörbchen legen und bei Raumtemperatur für 2-3 Stunden zur Gare stellen.

☉ Rechtzeitig den Ofen auf 225°C Ober-/Unterhitze vorheizen (optional mit Gusstopf). Den Laib auf das Backblech beziehungsweise in den Topf geben und insgesamt 50 Minuten backen. Nach den ersten 10 Minuten die Temperatur auf 200°C reduzieren. ▣

Tipp

Bei Verwendung von reinen Weizenmehlen kann die Wassermenge noch zusätzlich erhöht werden.



Rezept & Bilder:
Gerda Göttling

Für Einsteiger
geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	Weizen, Dinkel
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	bindig, fest
Zeit gesamt:	43 Stunden
Zeit am Backtag:	4 Stunden
Backzeit:	50 Minuten
Starttemperatur:	225°C
Backtemperatur:	200°C nach 10 Minuten
Schwaden:	beim Einschließen, nach 10 Minuten ablassen (bei Verwendung eines Gusstopfes muss nicht geschwadet werden)

Vorteig

- ▶ 150 g Hartweizenmehl
- ▶ 150 g Wasser
- ▶ 2 g Frischhefe

Die Zutaten miteinander vermischen und bei Raumtemperatur abgedeckt für etwa 16 Stunden zur Gare stellen.

Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ 150 g Weizenmehl Vollkorn (alternativ Dinkelmehl Vollkorn)
- ▶ 100 g Ruchmehl (alternativ Weizenmehl 1050)
- ▶ 100 g Weizenmehl 550
- ▶ 150 g Hüttenkäse
- ▶ 5 g Honig
- ▶ 170 g Wasser
- ▶ 2 g Frischhefe
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 5 g Olivenöl

Schwierigkeitsgrad: ★★☆☆

Getreide: Roggen, Weizen

Triebmittel: Sauerteig, Hefe

Teigkonsistenz: klebrig, fest

Zeit gesamt: 20-24 Stunden

Zeit am Backtag: 4 Stunden

Backzeit: 55-60 Minuten

Starttemperatur 250°C

Backtemperatur 200°C

Schwaden: beim Einschießen,
nach 15 Minuten ablassen



HALB-HALB

Sauerteig

- ▶ 150 g Roggenmehl 1150
- ▶ 150 g Kaffee (abgekühlt)
- ▶ 15 g Anstellgut

Die Zutaten gut vermischen und 16-20 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen.

Vorteig

- ▶ 90 g Milchkefir
- ▶ 60 g Weizenmehl 1050
- ▶ 1 g Frischhefe

Die Zutaten gut vermischen und 16-20 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen.

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Vorteig
- ▶ 240 g Weizenmehl 1050
- ▶ 150 g Roggenmehl 1150
- ▶ 75 g Kaffee (abgekühlt)
- ▶ 105 g Milchkefir
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 7 g Honig
- ▶ 2 g Frischhefe

Rezept & Bilder: Dieter Stegmaier

 @brotschmiede_dieterstegmaier
 /Brotschmiede_DieterStegmaier

Dieses Brot nutzt als Schüttflüssigkeit Kaffee und Milchkefir, als Mehle handelsübliches Weizenmehl 1050 und Roggenmehl 1150. Das Ergebnis dieser ungewöhnlichen Kombination ist ein Brot mit knuspriger Kruste und wattiger Krume sowie einem leicht würzigen Geschmack durch den Kaffee, der beim Aufbrühen ruhig etwas stärker sein darf.

☉ Alle Zutaten 5 Minuten auf langsamer Stufe vermischen und 4 Minuten auf schnellerer Stufe verkneten.

☉ Den Teig in eine Schüssel geben und bei Raumtemperatur 2 Stunden zur Gare stellen.

☉ Anschließend den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und rundformen. Mit Schluss nach unten in ein Gärkörbchen geben und 1 Stunde zur Gare stellen.

☉ In der Zwischenzeit den Backofen auf 250°C Ober-/Unterhitze aufheizen.

☉ Den Teigling in den heißen Backofen einschießen und sofort schwaden. Den Schwaden nach 15 Minuten ablassen und die Temperatur auf 200°C reduzieren. Weitere 40-45 Minuten fertigbacken. ■





ROGGENFLADEN

Zum rustikalen Abendessen passt dieser Roggenfladen ebenso wie zum herzhaften Frühstück. Wild aufgerissen, macht er auch optisch was her. Und mit einer Zwei-Stufen-Führung des Sauerteiges ist auch kein Hefe-Einsatz notwendig. Der hohe Wassergehalt des Sauerteiges sorgt für eine lebendige Teiglockerung. Reiner kann ein Brot kaum sein. Vom hervorragenden Aroma und der krachenden Kruste ganz zu schweigen.

☉ Alle Zutaten 5 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann 3 Minuten schneller kneten. Den Teig dann 45 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur ruhen lassen.

☉ Den Teig schonend rundwirken (bei purem Roggenteig ist es eher ein Rundschieben) und auf ein Backpapier legen. Wenn die Risse auf dem Teig etwa 5 mm breit sind, den Teigling in den auf 250°C Ober-/Unterhitze gut vorgeheizten Backofen geben.

☉ Nach 10 Minuten die Temperatur auf 220°C senken und weitere 45 Minuten zu Ende backen. 🍴



Rezept & Bilder:
Dietmar Kappl
homebaking.at

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Roggen
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	weich, klebrig
Zeit gesamt:	16-20 Stunden
Zeit am Backtag:	6-8 Stunden
Backzeit:	55 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	220°C
Schwaden:	nein

Sauerteig, Stufe 1

- ▶ 80 g Roggenmehl 1150
- ▶ 50 g Wasser (warm)

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

Sauerteig, Stufe 2

- ▶ Sauerteig Stufe 1
- ▶ 160 g Roggenmehl 1150
- ▶ 225 g Wasser (sehr warm)

Die Zutaten gründlich mischen und abgedeckt 3-4 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

Brühstück

- ▶ 60 g Roggenflocken
- ▶ 80 g Wasser

Die Flocken mit dem siedenden Wasser übergießen, mehrere Stunden quellen lassen.

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Brühstück
- ▶ 360 g Roggenmehl 1150
- ▶ 260 g Wasser
- ▶ 13 g Salz
- ▶ Gewürz nach Wunsch

PFEFFER-LAUGENKRINGEL

Laugengebäck ist bei vielen Menschen beliebt. Kein Wunder – schließlich schmeckt es gleichermaßen gut zum Frühstück, als Snack oder auch zum Abendbrot. Das Ergebnis dieses Rezepts sind fluffige Kringel, die mit ihrer pfeffrigen Note eine wunderbar herzhaft-würzige Basis für Aufstriche sind.

Rezept & Bild: Tanja Schlund

 @schlundisworld
 /Schlundis.Blog
 www.schlundis.com

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Zeit gesamt:	2,5 Stunden
Zeit am Backtag:	2,5 Stunden
Backzeit:	25 Minuten
Starttemperatur:	230°C
Backtemperatur:	190°C nach 15 Minuten
Schwaden:	nein

Hauptteig*

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

Topping

- ▶ 8 g Öl (neutral)
- ▶ 2-3 g Pfeffer (frisch gemahlen)

Ergibt 8 Kringel



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

- Die Zutaten für den Hauptteig 2 Minuten bei langsamer Geschwindigkeit vermischen. Anschließend auf schnellerer Stufe 6 Minuten kneten, bis ein geschmeidiger Teig entsteht.
- Den Teig in einer bemehlten Schüssel 30 Minuten bei Raumtemperatur zur Gare stellen. Der Teig sollte sein Volumen in dieser Zeit verdoppeln.
- Den Teig anschließend in acht gleichgroße Portionen teilen, rundschleifen und 10 Minuten ruhen lassen.
- Mit einem bemehlten Kochlöffelstiel in der Mitte jeder Kugel ein Loch bohren und das Loch durch kreisende Bewegungen bis zu einem Durchmesser von etwa 4 cm erweitern.
- Die so entstandenen Kringel auf ein Backblech setzen und für 20 Minuten in die Gefriertruhe oder den Froster stellen, die Kringel sollen gesteift sein, dann lassen sie sich besser laugen.
- In der Zeit die Lauge nach Packungsanleitung zubereiten.
- Die Kringel aus dem Froster holen, jeden einzeln für 5 Sekunden in die Lauge legen und wieder aufs Backblech setzen. Wenn alle Kringel gelaugt sind, die Pfeffer-Ölmischung mit einem Pinsel auftragen und dreimal auf jeder Seite kräftig einschneiden.
- Die Kringel weitere 20 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.
- Dann kräftig mit Wasser besprühen und in den auf 230°C vorgeheizten Ofen schieben und bei Ober-/Unterhitze 15 Minuten anbacken. Backofen öffnen und ein weiteres Mal kräftig ansprühen, Temperatur auf 190°C reduzieren und weitere 10 Minuten fertigbacken. Gleich nachdem sie aus dem Ofen kommen noch einmal besprühen. ■



10 Tipps für **mehr Aromen** in glutenfreiem Gebäck

Gluten:0 Geschmack:10

Glutenfreie Gebäcke sind immer wieder dem Ruf ausgesetzt, ihren glutenhaltigen Verwandten vor allem geschmacklich nicht nahe kommen zu können. Es mag vielleicht stimmen, dass eine geschmackliche Übersetzung im originalgetreuen Maßstab nicht funktioniert, aber auch beim glutenfreien Backen lassen sich unglaublich viele köstliche Aromen ins Spiel bringen. Mit diesen 10 einfachen Tricks.

Die geschmackliche Bewertung glutenfreier Gebäcke pendelt ungerechterweise häufig zwischen „schmeckt nach Nichts“ und „schmeckt nach Pappe“, vor allem, wenn man erste Schritte in diesem Bereich wagt und die eigene Zunge immer noch auf die Klassiker aus Roggen und Weizen konditioniert ist. Dabei bringt die glutenfreie Backstube so viel eigene und interessante Aromen mit, die durch ein paar Kniffe und Tipps sogar noch gesteigert werden können.

Das Fundament der Aromen bildet natürlich, wie in allen Bereichen des Backens, das Zusammenspiel der Zutaten. Wer mit hohem Stärke-An-

teil backt, muss etwas tiefer in die Trickkiste greifen, um Aromen hervorzulocken. Sie bringt zwar Lockerung und unterstützt die Entwicklung einer angenehmen Textur, aber in puncto Aromen ist sie dann doch eher zurückhaltend. Darf sie aber auch sein, da man mit den folgenden Tricks ausreichend Individualität im Aromenprofil der Gebäcke entwickeln kann, um so ganz eigene und hocharomatische Werke aus dem Ofen zu ziehen.

Es ist naheliegend, doch viele scheuen den Versuch: Gewürze im Brot

Durch das Rösten einzelner Zutaten entstehen teilweise ganz neue Aromen im Brot



Tipp 1: (Pseudo-)Getreide und Ölsaaten vor dem Mahlen oder Flocken rösten.

Fast schon banal, aber durch das Rösten von Getreide, Pseudogetreide und Ölsaaten (Kürbiskerne, Sonnenblumenkerne, Raps-Schrot und ähnliche) entstehen konzentrierte und sogar neue Aromen, die vor dem Röstvorgang nicht zu finden waren. So bekommt gerösteter Buchweizen eine spürbare Haselnuss-Note, gerösteter Reis entwickelt malzige und florale Noten, gerösteter Sesam wird mitunter herb-nussig – hier kann ruhig experimentiert werden.

Die entsprechenden Körner und Kerne werden bei mittlerer Hitze in einer Pfanne ohne Fett geröstet, bis sie zu duften beginnen und leicht bräunen. Dann können sie nach dem Auskühlen gemahlen oder geflockt werden und ergeben so Mehl, Schrot oder Flocken mit unglaublichen Aromen, die aus der eigenen Ursprungszutat stammen. Ölsaaten können auch ohne den Mahl- oder Flockvorgang verwendet werden; es empfiehlt

sich jedoch, sie vorher in einem Quellstück oder Brühstück quellen zu lassen.

Tipp 2: Gewürze nutzen

Die älteste Technik, um in Speisen ungeahnte Potenziale zu wecken ist, sie mit Gewürzen zu verfeinern. Salz ist sowieso Pflicht – aber auch Pfeffer in jedweder Variation, Kardamom, Fenchel, Bockshornklee, Koriander-Samen, Anis, Piment, Nelke und viele weitere Vertreter der Gewürzkiste haben unglaubliches Potential. Es empfiehlt sich, wo möglich, die Gewürze als ganzes Korn zu kaufen und sie vor der Verwendung frisch zu mahlen (zum

Beispiel direkt mit dem zu vermahlenden Getreide oder Pseudo-Getreide durch die Haushaltsmühle

Süßer Apfel auf der einen Seite und säuerlicher Essig auf der anderen – nur eine von vielen Möglichkeiten, kontrastierende Aromen zu erzeugen





Altbrot oder getrockneter
Sauerteig sorgen für
Aroma im Brot

schicken), um so die Aromen im Gewürz und deren ätherischen Charakter zu erhalten.

Noch intensiver werden einige Gewürze, wenn sie vor dem Mahlen ohne Fett geröstet werden. Wer zum Beispiel einen sehr geschmackvollen und aromatischen indischen Touch im Fladenbrot haben will, röstet Kreuzkümmel, Bockshornklee-Samen, Koriander-Samen und schwarzen Pfeffer oder braune Senfsamen ungefähr zu gleichen Anteilen und mahlt sie nach dem Abkühlen mit dem verwendeten (Pseudo-)Getreide oder Hülsenfrüchte wie Linsen (ja, auch die können in der Haushaltsmühle gemahlen werden). Der Duft ist betörend – der Geschmack intensiv-aromatisch.

Tipp 3: Altbrot und Aroma-Sauerteig- Brösel sorgen für Frischhaltung und Aroma

Altes glutenfreies Brot, Brötchen oder sonstiges Gebäck sowie bei Ofenwärme getrockneter alter Sauerteig sind ideale Ausgangszutaten für Quellstücke, um mehr Wasser ins Gebäck zu bekommen und eine längere Frischhaltung zu gewährleisten. Zeitgleich steigert man damit die Aromen-Palette, da alte Gebäck- und Sauerteig-Reste würzig-malzige Noten in den Teig bringen, die sich unterschwellig auch im Endprodukt durchsetzen. Nebenbei ist die Verwendung von Altbrot oder Sauerteig-Bröseln auch eine gute Möglichkeit der kreativen Reste-Verwertung.

Tipp 4: Sauerteig oder gekochter Sauerteig – aromatischer Tiefgang mit Profil

Dass Sauerteig den aromatischen Charakter eines Brotes beeinflussen kann, ist kein Geheimnis und auch für die Bekömmlichkeit hat er seine Berechtigung. Was allerdings mittlerweile in Vergessenheit geraten ist, ist die Verwendung von gekochtem Sauerteig. Er treibt zwar nicht mehr, aber bringt ein Plus an Aromen ins Gebäck. Dazu wird wie gewohnt ein Sauerteig hergestellt der dann bei gewünschter Reife mit dem drei- bis vierfachen seines Gewichts mit Wasser aufgekocht wird. Das Vorgehen ist ähnlich dem Vorgehen bei der Herstellung eines Mehl-Kochstückes, nur dass das Mehl eben im Vorfeld versäuert wird. Gekochter Sauerteig bringt eine tiefschichtige Säure und leicht malzig-süße Noten ins Brot. Zeitgleich muss man von ihm keine Übergare oder Übersäuerung mehr befürchten, da er nicht mehr nachreift oder gärt. Er kann somit auch auf Vorrat vorbereitet werden und länger lagern als der „lebende“ Sauerteig. Auch die Temperaturbereiche der Lagerung spielen bei dem gekochten Sauerteig keine große Rolle mehr.

Tipp 5: Ein Spiel mit Kontrasten

Angeregt wird der angenehme gustatorische Eindruck vor allem auch durch kontrapunktierende oder polarisierende, vor allem kontrastierende Geschmackserfahrungen. Wer mit eher süßen Zutaten wie Möhren, Apfel



Ein Brot muss nicht nur aus Mehl, Hefe und Salz bestehen. Auch ungewöhnliche Zutaten wie zum Beispiel Popcorn sorgen für viel Aroma



Flohsamenschalen sind beim Backen relativ beliebt, aber geschmacklich eher uninteressant

oder Honig arbeitet, schafft mit Säure durch einen Frucht- oder Weinessig oder durch einen erhöhten Sauerteig-Anteil ein gutes Gegengewicht. Auch eher herbere Zutaten wie zum Beispiel Walnüsse oder Kürbisöl bringen bei fruchtig-süßlichen Zutaten einen interessanten Kontrast und somit deutlich mehr aromatische Breite. Umgekehrt harmonisiert die nussige Würze von Haselnuss oder Sesam bestens mit der Süße eines Honigs oder Sirups. Erdige herbe Noten von diversen Wurzelgemüsen wie Rote Bete, Rettich oder

Rüben lassen sich durch die Süße von Apfelmus oder geriebenen Äpfeln oder durch die malzige Note von Pflaumenmus gut einfangen.

Tipp 6: Geschmacksspezifische Zutaten geschickt einsetzen

Bei einigen backtechnologischen Zutaten ist es empfehlenswert, auf ihren spezifischen Eigengeschmack zu achten, um sie gezielt in Anwendung zu bringen. So sind Flohsamenschalen relativ beliebt, aber geschmacklich eher uninteressant. Es kann also interessant sein, sich Zutaten mit ähnlichen backtechnologischen Eigenschaften an Bord zu holen, die deutlich mehr Eigenaroma aufweisen. So können zum Beispiel Leinsamenmehl, Kürbiskernmehl oder Chia(-Mehl) mit Aromen und zeitgleichen backtechnologischen guten Eigenschaften auftrumpfen.

Tipp 7: Mut zu ungewöhnlichen Zutaten

Mut wird belohnt. Ein vertrautes Aperçu mit einem gewissen Risiko. Aber beim Backen wird Mut tatsächlich immer belohnt – notfalls bleibt eben die Erfahrungsbereicherung. Beim Backen darf man ruhig mal Zutaten einsetzen, die man bis dahin klassischerweise noch nicht in Verwendung hatte: Tortilla-Chips im Vorteig, Popcorn (ob süß, buttrig oder salzig) im Quellstück, Schoko-Reispops, gebratene Speckwürfel, gefrorenes Obst (hält auch besser die Form beim Kneten), Senf, Paprikamark, Schokolade in verschiedensten Ausführungen, Leberwurst, Kräuterschmalz, Kokosöl, Tahin und was auch immer erdacht werden kann – mit kreativen Zutaten kann man in aromatische Sphären vordringen, die man im gewohnten und klassischen Bereich nie finden würde.

Tipp 8: Es muss nicht immer Wasser sein

Eine der einfachsten Möglichkeiten, ohne viel Veränderung am Ausgangs-Rezept individuelle aromatische Variationen zu erzeugen



Statt gewöhnlichem Leitungswasser kann man auch durch aromatisierte Getränke wie Kaffee, Saft oder Tee mehr Geschmack in das fertige Brot bringen

Text: Ben Bembnista
@brotpoet
/brotpoet
<http://www.brotpoet.de>



Obst, Gemüse, Pilze und Kräuter verschiedenster Art sind prädestiniert als Zutat im Brot

gen: Statt Wasser können andere Flüssigkeiten Körner, Kerne, Mehl, Schrot und Flocken quellen lassen und mit ganz eigenen aromatischen Charakteren auftrumpfen. Kaffee, Lupinen-Kaffee, Tee, Säfte, Sud von sauren Gurken, Wein (möglichst abgekocht), Ayran und weitere Möglichkeiten – Wasser lässt sich auf diese Weise ganz oder teilweise ersetzen und das Aromenspektrum wird unmittelbar erweitert. Schonmal ein Früchtequellstück mit Whiskey oder Kirschsaft statt Rum und Wasser angesetzt? Ein Quellstück aus zermahlenem Wachholder und Gin ausprobiert? Buchweizenflocken und gerösteten Sesam und Kürbiskerne mit Lupinenkaffee überbrüht? Der Kreativität sind hier kaum Grenzen gesetzt.

Tipp 9: Schätze aus dem Garten – Obst, Pilze, Kräuter und Gemüse

Der Garten, der Wochenmarkt oder zumindest der nahegelegene Supermarkt bieten eine Fülle von geschmackserweiternden Zutaten. Obst, Gemüse, Pilze und Kräuter verschiedenster Art sind prädestiniert dafür, jedem Gebäck einen ganz eigenen Charakter zu verleihen. Wer einen Entsafter sein Eigen nennt und häufig Obst- oder Gemüsesäfte produziert, kann den entstehenden Trester optimal nutzen, um Gebäcke geschmacklich aufzuwerten, die Frischhaltung zu steigern und dabei noch den entstandenen „Abfall“ bestens zu verwerten. Gekochtes und püriertes Obst oder Gemüse eignet sich zur Aromensteigerung genauso wie gegrilltes oder gebratenes in Würfeln oder Scheiben. Auch rohes Gemüse gibt geraspelt oder gewürfelt einen wunderbaren Charakter. Kräuter lassen sich fein oder grob zerhackt sowie mit etwas Öl püriert verwenden. Pilze geben geschnitten oder gewürfelt und gebraten eine interessante Erfahrung in Aroma und Textur. Röstzwiebeln sind ein unglaublich positiver Geschmacksgarant. Was auch immer der Garten oder die Theke hergibt – im Gebäck bringt es Individualität und Aroma.

Tipp 10: Zeit

Der letzte Trick ist schon beinahe so langweilig und naheliegend, aber kann nicht oft genug erwähnt werden. Je mehr Zeit ein (Vor-)Teig zur Reifung erhält, desto mehr Aromen entwickelt er durch Abbauprozesse, Umwandlungsprozesse und Fermentierung.

Ein kleiner Klumpen Teig aus etwas Mehl, Wasser, Salz und Hefe kann gut und gerne bis zu 10 Tage im Kühlschrank reifen und wird dann dem Hauptteig zugeführt. Der aromatische Effekt ist grandios. Die Aufwand-Nutzen-Bilanz ist dermaßen positiv, dass man überlegen kann, ob man nicht immer etwas alten Teig im Kühlschrank griffbereit lagern sollte.

Macht man sich diese Kniffe zu Eigen, erzeugt man ganz individuelle und aromatische Gebäcke, die sich geschmacklich nicht vor ihren glutenhaltigen Geschwistern verstecken müssen und weit entfernt von geschmacklicher Neutralität und Pappigkeit sind. Jedes Rezept kann nur als eine Variation von den schier unendlichen Möglichkeiten verstanden werden und es lädt ein zu experimentieren, Erfahrungen, vor allem auch auf der Zunge, zu sammeln und mit kleinen Änderungen immer wieder Neues zu erschaffen. 



Die wichtigste Zutat beim Backen ist völlig kostenfrei: Zeit

Sauerteig 1

- ▶ 25 g Hirse
- ▶ 25 g Buchweizen
- ▶ 20 g Maismehl
- ▶ 35 g Wasser
- ▶ 15 g Anstellgut (glutenfrei)

Die Hirse und den Buchweizen ohne Fett in einer Pfanne bei mittlerer Hitze rösten, etwas abkühlen lassen und mahlen. Wer keine Mühle hat, kann auch Buchweizen- und Hirsemehl verwenden. Anschließend mit den übrigen Zutaten mischen und 12-14 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

Sauerteig 2

- ▶ 40 g Tortilla-Chips
- ▶ 20 g Buchweizen
- ▶ 10 g Hirse
- ▶ 85 g Wasser
- ▶ 15 g Anstellgut (glutenfrei)

Die Hirse und den Buchweizen ohne Fett in einer Pfanne bei mittlerer Hitze rösten, etwas abkühlen lassen und mahlen. Wer keine Mühle hat, kann auch Buchweizen- und Hirsemehl verwenden. Die Tortilla-Chips in der Küchenmaschine oder im Mörser fein häckseln oder verreiben. Anschließend alle Zutaten mischen und 12-14 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

Brühstück

- ▶ 50 g Tortilla-Chips
- ▶ 70 g Kaffee (heiß)

Die Tortilla-Chips in der Küchenmaschine oder im Mörser fein häckseln oder verreiben, mit dem Kaffee verrühren und 4-14 Stunden bei Raumtemperatur quellen lassen.

TORTILLA-KASTEN

Der Tortilla-Kasten ist ein glutenfreies Brot – saftig und voller Aromen, die Erinnerungen an ein kräftiges Weizenmischbrot wach werden lassen. Es enthält Noten von Heu, Gras, schmeckt etwas blumig und getreidig, gepaart mit einem dezenten Haselnussaroma. Ein mild-würziges Brot, das sich lange frisch hält.



☉ Die Hirse und den Buchweizen ohne Fett in einer Pfanne bei mittlerer Hitze rösten, etwas abkühlen lassen und mahlen. Zusammen mit den anderen Zutaten – bis auf die Tortilla-Chips – auf langsamer Stufe etwa 5 Minuten vermengen und weitere 7 Minuten auf schnellerer Stufe zu einem mittelweichen und bindigen Teig verkneten.

☉ Den Teig abgedeckt etwa 2 Stunden gehen lassen. Derweil eine 1 kg-Kastenform fetten und bemehlen.

☉ Den Teig auf bemehlter Arbeitsfläche etwas länglich formen und in die Kastenform setzen. Die Oberfläche mit Wasser glattstreichen und mit grob geriebenen Tortilla-Chips bestreuen.

☉ Den Teigling abgedeckt für weitere 10-14 Stunden im Kühlschrank gehen lassen.

☉ Den Ofen auf 250°C vorheizen, das Brot längs einschneiden und bei 250°C mit Dampf einschließen. Nach 5-10 Minuten die Temperatur auf 200°C reduzieren. Während des Backens etwa alle 15 Minuten den Dampf ablassen. Die Gesamtbackzeit beträgt 75-90 Minuten. 🍴

Hauptteig

- ▶ Sauerteige
- ▶ Brühstück
- ▶ 110 g Maismehl
- ▶ 75 g Kartoffelstärke
- ▶ 65 g Buchweizen
- ▶ 60 g Leinsamenmehl
- ▶ 40 g Hirse
- ▶ 370 g Wasser
- ▶ 8 g Salz

Zum Bestreuen

- ▶ 50 g Tortilla-Chips

Schwierigkeitsgrad: ★★★

Getreide: glutenfrei

Triebmittel: Sauerteig

Teigkonsistenz: mittelweich, bindig

Zeit gesamt: 26 bis 32 Stunden

Zeit am Backtag: 1,5 Stunden

Backzeit: 75-90 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 200°C

nach 5-10 Minuten

Schwaden: beim Einschließen,

nach 15 Minuten ablassen

Tipp

Der Kakao beeinflusst den zartbitteren Geschmack. Wer es bitterer mag, nimmt mindestens 20 g Kakao, wer es milder mag, nimmt nur 10 g Kakao.



Rezept & Bild: Ben Bembnista

 @brotpoet

 /brotpoet

 www.brotpoet.de

Kakao-Kissen

Diese Kakao-Kissen sind ideal, um anfallende Sauerteigreste zu verarbeiten und zeitgleich etwas Abwechslung in die Keksdose zu bringen – nicht nur zur Weihnachtszeit. Die Kissen sind zartbitter und dezent-süßlich. Durch den Sauerteig erhalten sie außerdem eine feine Säure, die bestens mit dem Kontrast aus Bitter und Süß harmoniert.

-  Die Zutaten etwa 5 Minuten langsam zu einem festen und glatten, elastischen Teig verkneten.
-  Den Teig in zwei gleichgroße Teile halbieren und auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu zwei gleichmäßig dicken, etwa 50 cm langen Strängen rollen.
-  Von den Rollen 2 cm breite „Kissen“ abstechen, auf ein Backblech geben und bei 180°C Ober-/Unterhitze etwa 10 Minuten backen. 

Schwierigkeitsgrad: ★★★

Getreide: glutenfrei

Triebmittel: Sauerteig

Teigkonsistenz: glatt, fest, elastisch

Zeit gesamt: 45 Minuten

Zeit am Backtag: 45 Minuten

Backzeit: 10 Minuten

Starttemperatur: 180°C

Backtemperatur: 180°C

Schwaden: nein

Zutaten*

-  100 g Anstellgut (glutenfrei)
-  50 g Hirse (gemahlen)
-  50 g Buchweizen (gemahlen)
-  50 g Honig
-  15 g Kakao
-  1 Prise Salz

*Ergibt etwa 50 Kakao-Kissen

Schwierigkeitsgrad:	☆☆☆
Getreide:	glutenfrei
Triebmittel:	Natron
Teigkonsistenz:	weich, bindig
Zeit gesamt:	35-40 Minuten
Zeit am Backtag:	35-40 Minuten
Backzeit:	25-30 Minuten
Starttemperatur:	160°C
Backtemperatur:	160°C
Schwaden:	nein

Zutaten

- ▶ 150 g Polenta (fein)
- ▶ 100 g Maismehl
- ▶ 50 g Tapioka-Stärke
- ▶ 200 g Milch
- ▶ 70 g Zucker
- ▶ 60 g zerlassene Butter
- ▶ 10 g Natron
- ▶ 2 g Salz
- ▶ 1 g Xanthan
- ▶ 1 Ei (Größe L)

Rezept & Bilder: Julia Stüber

 @essenmitgefuehl

 www.essen-mit-gefuehl.de



MAISBROT

Dieses Maisbrot hat eine leicht süßliche Note und passt dadurch sehr gut zu einem weihnachtlichen Brunch, aber auch zum Beispiel zu Fondue. Es harmoniert sowohl mit süßen als auch mit herzhaften Speisen, kommt ohne Hefe aus und ist in einer guten halben Stunde fertig – schmeckt übrigens am besten warm.

- ☉ Den Backofen auf 160°C vorheizen und eine Kastenform einfetten.
- ☉ Polenta, Maismehl, Tapioka-Stärke, Zucker, Natron, Salz und Xanthan in einer kleinen Schüssel gründlich vermischen.
- ☉ Danach das Ei, Butter und Milch mit einem Handrührgerät in einer großen Schüssel schaumig rühren und langsam die trockenen Zutaten hinzufügen.
- ☉ Alles zusammen für eine Minute auf höchster Stufe verrühren.
- ☉ In die Backform geben und für 30 Minuten backen, nach 5 Minuten in der Mitte einschneiden. 🍴



LEINSAMENBROT

Perfekt zum Abendbrot passt dieses locker-kräftige Brot, das seinen Geschmack besonders mit herzhaftem Aufschnitt entfaltet. Carobpulver verleiht dem Brot nicht nur die dunkle Farbe, sondern auch eine ganz leichte Kakaonote.

☉ Alle trockenen Zutaten mischen und zusammen mit dem Essig und dem Wasser zum Hefeansatz geben und für 2-3 Minuten langsam verkneten. Der Teig sollte zähflüssig sein.

☉ Mit einem Teigspatel den Teig rundherum vom Schüsselrand streichen, sodass dieser sauber ist.

☉ Den Teig abgedeckt etwa 3 Stunden an einem warmen Ort ruhen lassen, bis er sein Volumen verdoppelt hat. Anschließend in eine gefettete Backform geben, die Oberfläche glattstreichen, mit Leinsamen bestreuen und längs einschneiden.

☉ Den Ofen rechtzeitig auf 230°C Umluft vorheizen.

☉ Das Brot zunächst 20 Minuten backen, dann die Temperatur auf 200°C senken und weitere 45 Minuten backen. Anschließend mehrere Stunden – am besten über Nacht – auskühlen lassen. 🍴

Tipp

Wer den Geschmack von Carobpulver nicht mag, kann es durch 20 g Traubenkernmehl ersetzen. Damit wird das Brot schön dunkel. Das Kartoffelmehl kann durch Tapioka- oder Maisstärke ersetzt werden.



Schwierigkeitsgrad: ★★★☆☆

Getreide: glutenfrei

Triebmittel: Hefe

Teigkonsistenz: zähflüssig

Zeit gesamt: 4,5 Stunden
(ohne Abkühlzeit)

Zeit am Backtag: 4,5 Stunden

Backzeit: 65 Minuten

Starttemperatur: 230°C

Backtemperatur: 200°C
nach 20 Minuten

Rezept & Bild: Stephanie Reineke

 @mein_glutenfreier_backofen

 /meinglutenfreierbackofen

 meinglutenfreierbackofen.blog

Hefeansatz

- ▶ 100 g Wasser
- ▶ 10 g Reissirup
- ▶ 3 g Trockenhefe

Das Wasser in eine Schüssel geben und mit der Hefe und dem Reissirup verrühren. Etwa 15 Minuten stehen lassen, bis die Hefe deutlich schäumt.

Hauptteig

- ▶ Hefeansatz
- ▶ 300 g Reismehl Vollkorn
- ▶ 100 g Buchweizenmehl
- ▶ 100 g Kartoffelmehl
- ▶ 500 g Wasser
- ▶ 40 g Carobpulver
- ▶ 40 g Goldleinsamen
- ▶ 40 g Leinsamen (gehackt)
- ▶ 20 g Hirseflocken
- ▶ 7 g Flohsamenschalen (gemahlen)
- ▶ 5 g Salz
- ▶ 14 g Essig



Schneller Fluff



Rezept: Sebastian Marquardt
Bild: Jan Schnare

Zutaten

- ▶ 200 g Roggenschrot (fein)
- ▶ 200 g Ruchmehl
- ▶ 500 g Wasser
- ▶ 12 g Frischhefe
- ▶ 12 g Salz

Auch innerhalb von 3 Stunden lässt sich ein leckeres Brot auf den Tisch bringen, das mit vollem Aroma überzeugt. Die wattige Krume ist ein wahrer Gaumenschmaus, dem man 30 Prozent Roggenschrot nicht anmerkt. Der lässt sich übrigens bestens selbst mit einer Hausmühle herstellen.

☉ Alle Zutaten 5 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann 10-15 Minuten auf schnellerer Stufe kneten.

☉ Den Teig 60 Minuten bei Raumtemperatur in einer abgedeckten Schüssel gehen lassen, nach 30 Minuten einmal dehnen und falten.

☉ Den Teig langwirken und mit dem Schluss nach oben für etwa 40 Minuten in den Gärkorb legen.

☉ Aus dem Korb stürzen, einschneiden und bei 250°C – nach 10 Minuten fallend auf 220°C – 50 Minuten im gut vorgeheizten Backofen bei Ober-/Unterhitze backen. Am Anfang kräftig schwaden, den Dampf nach 10 Minuten ablassen. 🍞

Für Einsteiger
geeignet

Schwierigkeitsgrad: ★☆☆☆

Getreide: Weizen, Roggen

Triebmittel: Hefe

Teigkonsistenz: bindig

Zeit gesamt: 3 Stunden

Zeit am Backtag: 3 Stunden

Backzeit: 50 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 220°C

Schwaden: Beim Einschießen,
nach 10 Minuten ablassen

Tipp

Das Ruchmehl kann man durch eine Mischung von Weizenmehl Vollkorn sowie Weizenmehl 1050 zu gleichen Teilen ersetzen. Eine Version dieses aromatischen Brotes mit langer Teigruhe findest Du auf Seite 44.

LANGSCHLÄFER-BRÖTCHEN

Diese Brötchen sind ideal fürs Wochenende. Man setzt den Teig am Samstagnachmittag an und hat Sonntagmorgen frische, leckere Brötchen auf dem Frühstückstisch. Durch Kefir werden sie innen wattig-weich und Erdnussmus verleiht das besondere Aroma.



Sauerteig

- ▶ 20 g Anstellgut
- ▶ 45 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 45 g Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 90 g Wasser

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

☉ Alles zunächst auf kleiner Stufe 2 Minuten kneten, danach 8-12 Minuten auf schnellerer Stufe gut auskneten. Den Teig in eine geölte Wanne mit Deckel legen und 4-6 Stunden bei Raumtemperatur ruhen lassen. Danach für 8-10 Stunden in den Kühlschrank stellen.

☉ Am Backtag den Teig auf eine bemehlte Fläche legen, nach Belieben zu Brötchen von jeweils etwa 100 g aufarbeiten und auf ein mit Backfolie oder Backpapier ausgelegtes Backblech setzen. Wer möchte, kann die Teiglinge zuvor noch in Mohn oder Sesam drücken.

Hefe-Gemisch

- ▶ 100 g Hefewasser (mit pürierten Früchten, alternativ 50 g Wasser mit 50 g fein geriebenem Apfel und 1 g Frischhefe)
- ▶ 100 g Dinkelmehl 630

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

☉ Mit einer Folie abdecken und 60-90 Minuten gehen lassen. Mit dem Finger den Teig vorsichtig an einer Stelle eindrücken. Wenn die Delle nur noch ganz langsam zurückkommt, Teiglinge einschneiden.

☉ Die Teiglinge bei 250°C in den vorgeheizten Ofen geben und bei Ober-/Unterhitze 15-20 Minuten lang backen. Beim Einschließen kräftig schwaden. Nach 10 Minuten die Temperatur auf 230°C reduzieren und fertigbacken. ■

Schwierigkeitsgrad: ★★★

Getreide: Weizen, Dinkel

Triebmittel: Sauerteig, Lievito Madre, Hefewasser

Teigkonsistenz: bindig

Zeit gesamt: 26-31 Stunden

Zeit am Backtag: 1,5-2 Stunden

Backzeit: 20 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 230°C
nach 10 Minuten

Schwaden: beim Einschließen

Hauptteig*

- ▶ Sauerteig
- ▶ Hefewasser
- ▶ 800 g Weizenmehl Tipo 0 (alternativ Weizenmehl 550, dann jedoch zunächst weniger Wasser verwenden und bei Bedarf nachkippen)
- ▶ 500 g Kefir
- ▶ 200 g Lievito Madre (aufgefrischt, alternativ 5 g Frischhefe)
- ▶ 40 g Erdnussmus (alternativ Butter)
- ▶ 20 g Honig
- ▶ 20 g Backmalz (inaktiv, optional)
- ▶ 20 g Salz

Optional

- ▶ Mohn oder Sesam

*Ergibt etwa 20 Brötchen



Rezept & Bilder: Sylvia Richter

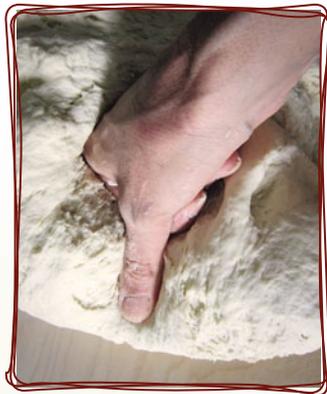
Glossar

Anspringen lassen – Wenn in einem Rezept davon die Rede ist, dass man den Teig „Anspringen lassen“ soll, ist damit der Prozess gemeint, bei dem die Gärung in der für die Mikroorganismen freundlichen Raumtemperatur beginnt. Später wird dieser Prozess dann in kühlerer Atmosphäre wieder verlangsamt.

Anstellgut (ASG), auch **Starter** – Das Anstellgut ist ein Rest Sauerteig, der nicht gebacken, sondern zur späteren Verwendung aufbewahrt wird. Vor dem nächsten Backtag wird mit einem Teil des Anstellgutes sowie Mehl und Wasser ein neuer Sauerteig hergestellt (Auffrischung). Das Anstellgut dient der Reduzierung des Zeitaufwandes zur Herstellung von Sauerteig sowie der Entwicklung einer stabilen Bakterienkultur und damit eines definierten Sauer-teigaromas. Anstellgut kann entweder immer vom jeweils für den Backtag angesetzten Sauerteig abgenommen oder separat geführt und aufgefrischt werden.

Ausmahlgrad, auch **Ausmahlungsgrad** oder **Mehlausbeute** – Der prozentuale Wert gibt Auskunft darüber, wieviel Prozent des ganzen Kornes im Mehl enthalten sind. Je höher also der Ausmahlgrad, desto mehr Schalen-anteil ist im Mehl enthalten.

Ausstoßen – Während oder nach der Stockgare wird der Teig entweder mehrmals mit der Faust ausgestoßen/ eingedrückt oder kurz kräftig durchgeknetet. Ziel ist das Entgasen und Straffen des Teiges. Dabei wird einerseits das Gärgas Kohlenstoffdioxid gegen Luft-sauerstoff ausgetauscht, der für die Vermehrung der Hefen benötigt wird. Andererseits verteilen sich die Gasbläschen gleichmäßiger im Teig – eine Grundvoraussetzung für eine gleichmäßige Porung im Brot.



Autolyse – Mehl und Wasser werden zu einem Nullteig verrührt und 20 bis 60 Minuten abgedeckt ruhen gelassen. In dieser Zeit quellen Stärke und Eiweiße mit Wasser. Das Klebereiweiß verkettet sich zu langen Klebersträngen (Glutenstränge). Die Autolyse dient zur Geschmacksverbesserung bei direkt geführten Teigen. Sie soll außerdem das Gebäckvolumen und die Kruste verbessern. Ziel der Autolyse ist, das Klebergerüst von Weizenteigen aufzubauen. Sie hat den Vorteil, dass der Teig kürzere Zeit geknetet werden muss, da er bereits einen Teil seiner Struktur aufgebaut hat.

Brühstück – gehört zur Gruppe der Nullteige innerhalb der Vorstufen. Es dient der Verquellung größerer Brotbestandteile (z.B. Körner, Saaten, Schrote). Für ein Brühstück werden die festen Bestandteile im Verhältnis von zirka 1:1 bis 1:3 mit kochendem Wasser vermischt und mindestens 2-6 Stunden quellen gelassen. Würden die groben Bestandteile nicht verquollen, würde der Wassergehalt im Teig sinken und der Teig durch Nachquellung zunehmend fester und trockener werden. Neben Schrot kann auch getrocknetes und gemalenes Brot überbrüht werden. Dieses Altbrot bindet etwa die dreifache Menge seines Eigengewichtes an Wasser.

Dehnen und Falten – Vorgang, bei dem weizen-dominierten Teigen durch mehrfache Dehnung und Faltung mehr Struktur verliehen wird. Das Klebergerüst wird damit schonend entwickelt. Das Gashaltevermögen steigt. Außerdem dient es der Entgasung und Sauerstoffzufuhr, der Homogenisierung der Teigtemperatur und damit der Unterstützung der Hefenaktivität. Im Bäckeralltag wird meist nur von „Falten“ gesprochen, dennoch sind beide Vorgänge gemeint. Teig kann auf verschiedene Weisen gefaltet werden. Bei der Heimbäckerei eher üblich ist die Methode mit feuchten Händen in einem Behälter (für mittelfeste bis weiche Teige). Dabei wird der Teig am hinteren Ende unterfasst, nach oben gedehnt und zum Körper hin auf den restlichen Teig gefaltet. Nun die gegenüberliegende und anschließend die die anderen Seiten genauso bearbeiten.

<http://tinyurl.com/yagxq38g>  Video

Dextrine – Dextrine sind Abbauprodukte von Stärke. Sie bilden sich beim Backen ab 150 Grad bei Abwesenheit von Wasser in der Kruste von Broten und geben ihnen die Farbe sowie typischen Geschmack.

Einschießen – Einführen des Teiglings in den Backofen mit Hilfe eines Schießers (Backbrett). Als Trennmittel zwischen Schießer und Teigling wird häufig Grieß oder



Schrot verwendet. In der Heimbäckerei kann auch Backpapier als Unterlage genommen werden. Beim Einschießen wird die Trägheit des Teiglings genutzt. Der Teigling wird mit dem Backbrett auf den Backstein geführt. Mit einem schnellen Ruck wird das Backbrett aus dem Ofen gezogen, sodass der Teigling durch die Trägheitskraft auf dem Backstein liegen bleibt.

<http://tinyurl.com/y9xrqer8>  Video

Falten – siehe **Dehnen und Falten**

Fensterfest – Zur Feststellung, ob ein Weizenteig ausreichend ausgeknetet ist, zieht man den Teig mit vier Fingern vorsichtig in vier Richtungen auseinander. Wenn der Teig sich dabei dehnt, ohne schnell zu reißen (also ein beinahe durchsichtiges Fenster entsteht), ist der Teig ideal ausgeknetet.



Freigeschoben – ein Brot, das ohne Form oder Topf gebacken wird, bezeichnet man als freigeschoben. Es weist eine geschlossene Kruste auf.

Hydratation – Bestimmt – wie auch die Teigausbeute – den Wasseranteil des Brotes im Verhältnis zum Mehl. Enthält ein Brot 1.000 Gramm Mehl und 700 Gramm Wasser, beträgt die Hydratation 70%.

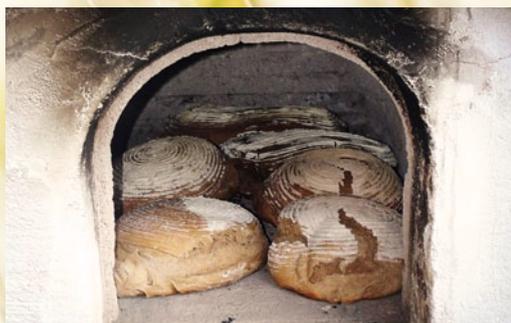
Krume – Das lockere und elastische Innere eines Brotes, das von der Kruste umgeben wird. Von der Krume hängt der Nährwert des Brotes ab. Geschmack und Geruch der Brotkrume werden nicht nur durch die Zutaten beeinflusst. Die Aromastoffe, die in der Kruste entstehen, ziehen aufgrund des Unterdrucks im Inneren während der Auskühlphase des Brotes durch die gesamte Brotkrume. Die Eigenschaften der Brotkrume (Struktur, Elastizität, Geschmack, Geruch) sind unter anderem abhängig vom Wassergehalt, von den Zutaten, von der Teigführung und der Teigaufarbeitung.



Lievito Madre – Italienische Mutterhefe. Ein kalt und fest geführter Sauerteig, der sich durch Robustheit und milden Geschmack auszeichnet.

Nullteig – Gemisch aus Getreideerzeugnissen, Flüssigkeit und – in einigen Fällen – Salz. Sie werden ohne Triebmittel angesetzt. Zweck ist die Verquellung der Getreideerzeugnisse. Zu den Nullteigen zählen Quellstücke, Brühstücke und Kochstücke. Sie erhöhen den möglichen Flüssigkeitsanteil im Teig, verbessern die Teigausbeute und ermöglichen so eine längere Frischhaltung der Backwaren, saftigere Krumen und günstigere Kaeigenschaften.

Ofentrieb – Beschreibt die Volumenzunahme des Teiges während des Backvorgangs. Die Volumenzunahme erfolgt einerseits physikalisch durch Ausdehnung der vorhandenen Gär gas e, andererseits biologisch durch Produktion von Gär gas über mikrobielle Prozesse. Welchen Anteil der biologische Faktor hat, bestimmt der Gärzustand des Teiglings (bei Vollgare überwiegt der physikalische Ofentrieb, bei knapper Gare überwiegt der biologische Ofentrieb).



Poolish – Hefe-Vorteig, der in der Regel zu gleichen Teilen aus Wasser und Mehl besteht. Ihnen wird lediglich Hefe zugesetzt, meistens 1% bezogen auf die Mehlmenge, aber auch geringere Hefe-Anteile sind möglich. Der Teig ruht mindestens 6 Stunden, oft auch länger (lange Teigführung). Meistens wird er kühl zur Gare gestellt.

Quellstück – Gehört zur Gruppe der Nullteige innerhalb der Vorstufen und dient der Verquellung größerer Brotbestandteile (Körner, Saaten, Schrote). Für ein Quellstück werden die festen Bestandteile im Verhältnis von 1:1 bis 1:2 mit 10 bis 30°C warmem Wasser vermischt und 4 bis 20 Stunden quellen gelassen. Eine zeitlich manchmal passende Variante ist das Verquellen über 8 bis 12 Stunden bei 6 bis 8°C im Kühlschrank. Um enzymatischen Abbau und Fremd gärung zu verhindern, kann die Salzmenge des Hauptteiges mit in das Quellstück einge rührt 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 ver quellende Menge nicht mehr als 30 bis 60 Prozent der Gesamtmenge der Getreideerzeugnisse ausmachen. Je wärmer das Wasser, umso mehr kann davon gebunden werden.

Rundwirken – Beim Rundwirken wird der Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche in Form gebracht. Dabei klappt man die Außenseiten reihum zur Mitte. Dieser Vorgang wird so lange wiederholt, bis eine straffe Teigkugel entsteht. Da bei diesem Prozess Kohlendioxid entweicht und gleichzeitig Sauerstoff eingearbeitet wird, verbessert man noch einmal die Hefeaktivität, was sich positiv auf die Krume auswirkt.



<http://tinyurl.com/ybnxqquw>  Video

Schamotte – Als Schamotte wird ein gesteinsähnliches, künstlich hergestelltes, feuerfestes Material bezeichnet. Daraus werden beispielsweise Öfen, Kamine, aber auch Pizzasteine hergestellt. Schamotte kann besonders gut Wärme speichern.

Schluss – Die Seite des Brotes, auf der der Teig beim Formen zusammengeführt wird. Der Laib kann mit Schluss nach oben gebacken werden, was zu einem eher wilden Aufreißen der Kruste entlang der Nahtstellen führt.

Soll das Brot eine glatte Oberfläche aufweisen oder an definierten Einschnitt-Stellen aufreißen, wird es mit Schluss nach unten gebacken. Im Gärkorb muss es jeweils anders herum liegen, da es zum Backen aus diesem gestürzt wird.



Schwaden, auch Dampf, bedampfen – Der Dampf wird sofort nach dem Einschleusen des Teiglings oder verzögert in den Ofen gegeben. Er kondensiert auf der Teighaut, lässt dank der freiwerdenden Wärme das darin enthaltene Eiweiß sofort gerinnen und die Stärke verkleistern (Voraussetzung für eine knusprige Kruste). Dennoch hält der Dampf die Teighaut kühl, elastisch und ermöglicht so einen optimalen Ofentrieb und ein optimales Gebäckvolumen. Außerdem löst sein Kondenswasser die aus der Mehlstärke entstandenen Dextrine, die später zu einem attraktiven Brotglanz führen.

<http://tinyurl.com/ycob6dfu>  Video

Starter – siehe **Anstellgut**

Stockgare – Die Gärphase des kompletten, ungeformten Teiges nach dem Kneten und vor dem Aufarbeiten. Je nach Dauer der anschließenden Zwischengare und Stückgare sowie der zu erreichenden Gebäckigenschaften wird die Dauer der Gärphase festgesetzt. Während



der Teigruhe reift der Teig. Insbesondere verquellen die Mehlbestandteile, bei kleberwirksamen Mehlen entspannt das Klebergerüst. Außerdem wird die Reifung auch zum

Vermehren der Hefen genutzt. Ideale Temperaturen für die Stockgare liegen zwischen 20° und 28°C. Bei kühler Führung (4-10°C) über mindestens 6-8 Stunden entstehen während der Stockgare vielfältige Aromen. Die Stockgare kann durch Teigbearbeitungsprozesse (Dehnen und Falten) unterbrochen werden, um den Teig zu straffen, die Teigtemperatur zu vergleichmäßigen, die Teigstruktur zu beeinflussen und durch Gasaustausch den Stoffwechsel der Hefen anzuregen.

Stückgare – Die letzte Ruhe- und Reifephase vor dem Backen. Abhängig von der Dauer der Stückgare entwickeln sich Ofentrieb und Krustenstruktur. Die Stückgare wird entweder mit Schluss nach unten oder mit Schluss nach oben durchgeführt. Die Gartemperatur sollte idealerweise höher sein als bei der Stockgare. Während der Stückgare wird die Hefegärung angestrebt (optimal zwischen ca. 28-35°C). Für den Heimbäckerbereich sind 24-26°C ausreichend, um ansprechende Ergebnisse zu erzielen.

Teigausbeute (TA) – Das in Zahlen ausgedrückte Verhältnis zwischen der im Teig verwendeten Menge an Flüssigkeit und der Menge an Getreideerzeugnissen (Mehl). Sie ist ein Maß für die Menge an Teig, die entsteht, wenn 100 Teile Getreideerzeugnisse mit einer bestimmten Menge an Flüssigkeit gemischt werden. Bei einer TA 160 kommen also 60 Gramm Flüssigkeit auf 100 Gramm Getreide/Mehl. Als Flüssigkeit gelten neben Wasser alle in ihrer Konsistenz mit Wasser vergleichbaren Flüssigkeiten (Milch, Buttermilch oder Öle). Andere Zutaten wie Quark, Joghurt oder Eier verändern zwar auch den Flüssigkeitsanteil im Teig und damit die Teigausbeute, werden aber nicht in die Berechnung einbezogen. Hohe Teigausbeuten sind kennzeichnend für weiche Teige (TA 180), niedrige Teigausbeuten für festere Teige (TA 160).

Teigführung – Bezeichnet die gesamte Teigentwicklung vom Mischen der Zutaten bis zum Backen. Sie unterliegt vielen Faktoren, die gezielt gesteuert werden können, um optimale Backergebnisse zu erreichen.



Vollgare – Optimaler Gärzustand für Brote mit glatter (nicht aufgerissener) Kruste. Sie liegt zwischen Untergare und Übergare. Der Teigling hat ein großes Volumen, ist dennoch stabil und setzt bei Druck auf die Teighaut etwas Widerstand entgegen, wenngleich sich die Druckstelle nur noch wenig zurückbildet (Fingertest/Drucktest). Die Hefen haben bei Vollgare ihren Stoffwechsel verlangsamt. Vollgarige Teiglinge vergrößern ihr Volumen im Ofen nur noch minimal.

VORSCHAU

BROT gibt es sechsmal jährlich.
Die nächste Ausgabe erscheint
am 05.12.2019

Digital-
Ausgabe
erhältlich ab
22.11.2019

Darum geht es unter anderem:



● Über das Backen mit Backferment

● Wie Brot jungen Mädchen in Malawi eine bessere Zukunft gibt



● Kreative Rezepte für das Kochen mit Brot

● Vergleichsbacken: Alter Sauerteig vs. aufgefrischter Sauerteig



HERAUSGEBER
Tom Wellhausen

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

LEITUNG REDAKTION/GRAFIK
Jan Schönberg

CHEFREDAKTION
Sebastian Marquardt
(verantwortlich)

REDAKTION
Jan Schnare

AUTORINNEN & AUTOREN
Nadja Alessi, Ben Bembnista, Siegfried Brenneis, Michelle Deschner, Debora Gädtke, Gerda Göttling, Stefanie Herbst, Dietmar Kappl, Vanessa Kimbell, Stevan Paul, Margarete Preker, Stephanie Reineke, Sylvia Richter, Valesa Schell, Tanja Schlund, Michal Sip, Dieter Stegmeier, Julia Stüber, Andrea Thode

FOTOS
Annette Schindler, Alvov, boedefeld1969, Coprid, detailblickfoto, doris oberfrank-list, Dmitry Syechin, fabiomas, fotografci, FRÜH, Gina Sanders, grecolina, HLPhoto, jarafoti, kaiskynet, K.-U. Häßler, juliasudnitskaya, justsophotos, magicpitzy, PixieMe, photocrew, photoprojektarm, Sea Wave, Stefan, Sunny Forest, yrabota

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

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

GESCHÄFTSFÜHRER
Sebastian Marquardt
post@wm-medien.de

VERLAGSLEITUNG
Christoph Bremer

ANZEIGEN
Christoph Bremer (Leitung)
Sven Reinke

GRAFIK
Sarah Thomas, Martina Gnaß,
Bianca Buchta, Jannis Fuhrmann,
Kevin Klatt
grafik@wm-medien.de

ABO- UND KUNDENSERVICE
Leserservice BROT, 65341 Eltville
Telefon: 040/42 91 77-110
Telefax: 040/42 91 77-120
E-Mail: service@brot-magazin.de

ABONNEMENT
Jahresabonnement für:
Deutschland: € 32,-
EU und Schweiz: € 37,-
Übriges Ausland: € 55,-
Digital-Magazin: € 24,-

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

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

EINZELPREIS
Deutschland: € 5,90 / Österreich: € 6,50 /
Schweiz: sFr 11,60 / Benelux: € 6,90

DRUCK
pva, Druck und Medien-
Dienstleistungen GmbH
Industriestraße 15
76829 Landau in der Pfalz
www.pva.de
Gedruckt auf chlorfrei gebleichtem
Papier. Printed in Germany.

COPYRIGHT
Nachdruck, Reproduktion oder
sonstige Verwertung, auch
auszugsweise, nur mit ausdrücklicher
Genehmigung des Verlages.

HAFTUNG
Sämtliche Angaben wie Daten, Preise,
Namen, Termine usw. ohne Gewähr.

BEZUG
BROT erscheint sechsmal jährlich.
Bezug über den Fach-, Zeitschriften-
und Bahnhofsbuchhandel.
Direktbezug über den Verlag.

GROSSO-VERTRIEB
VU Verlagsunion KG
Meßberg 1, 20086 Hamburg

Für unverlangt eingesandte Beiträge
kann keine Verantwortung über-
nommen werden. Mit der Übergabe

von Manuskripten, Abbildungen,
Dateien an den Verlag versichert der
Verfasser, dass es sich um Erst-
veröffentlichungen handelt und keine
weiteren Nutzungsrechte daran
geltend gemacht werden können.

Brot

**DEUTSCHES
BROTINSTITUT e.V.**

FÖRDERMITGLIEDSCHAFT
BROT unterstützt als Fördermitglied
das Deutsche Brotinstitut e.V.

**wellhausen
marquardt
Mediengesellschaft**

Jetzt bestellen



Sauerteig – lecker, gesund, aber ein Buch mit sieben Siegeln? Das muss nicht sein. Denn wer das Zusammenspiel der Mikroorganismen versteht und weiß, wie man sie steuert, kann souverän damit umgehen. Mit dieser Fibel bleiben keine Fragen offen. Vom Anstellen des eigenen Sauerteigs über seine Pflege bis hin zu Problemlösung und Langzeitsicherung sowie kreativer Reste-Verwertung wird alles erklärt, was im Backalltag wichtig ist. Fachlich fundiert, pragmatisch und praxiserprobt. Gezeigt werden klassischer Sauerteig, Lievito Madre, Japanische Hefe, Marvin, das Multitalent sowie glutenfreier Sauerteig. Und zu jedem von ihnen gibt es im Anhang gleich Rezepte. So kann der Backspaß direkt beginnen.

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



GUTE DINGE
vorgestellt
VON FÜHRENDEN
FOODBLOGS

bon'gu
FÜR GENIESSER

DAS MEHL MACHT DEN UNTERSCHIED

Aromatisches Baguette, luftiges Ciabatta, herzhaftes Roggenbrot –
bongu.de liefert Europas beste Mehle aus einer Hand



Mit bon'gu-Mehlen hat
Dietmar Kappl (homebaking.at)
auf internationalen Brotwettbewerben
vielfach Goldmedaillen gewonnen

bongu.de & homebaking.at: vereinte Online-Kompetenz in Mehl & Bäckerei für beste Ergebnisse.
Kaufen Sie auf bongu.de und erhalten blitzschnell ihr Wunschemehl per Post.