

Brot

Brot

Gesund und bekömmlich backen

AROMEN- FEUERWERK

So setzt man
Gewürze richtig ein

BUKA ME QIQËR

Albanische
Brotkultur

GLUTENFREIES FEIERN

So wird die Party
für alle gut

IM HEFT

Mehr als
30 Rezepte
kreativ &
gelingsicher

Kulinarische Krusten

Bäckermeister
Tans Boutique
für Brot



6,90 EUR

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

Jetzt bestellen!

www.brot-magazin.de

Backen
INTERNATIONAL

Backen

INTERNATIONAL

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

INGETAUCHT
Rum Baba aus Italien

HERZERWÄRMEND
Wandelbare Pluschki aus Russland

TÜRKEI ZUM MITNEHMEN
In wenigen Schritten zu perfekten Açma

*Grande mission
So gelingen Croissants*



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

Brot
Sonderheft

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

www.brot-magazin.de/einkaufen

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



EDITORIAL

Liebe Leserin, lieber Leser.

06/2021

Endlich Herbst! Wobei ich gestehen muss, dass nur ein Teil von mir die trübe Jahreszeit liebt. Eigentlich mag ich den Sommer schon. Aber bei heißeren Temperaturen zu backen, ist mit Herausforderungen verbunden. Teige sind viel schneller reif, Knetzeiten ändern sich, die Küche ist deutlich zu heiß ... Natürlich kann ich es trotzdem nicht lassen. Aber ehrlich – es macht viel mehr Spaß, wenn es wieder kühler wird.

Profis können sich die Wetterlage nicht aussuchen. Sie müssen jeden Tag Qualität liefern. Einer, der das auf hohem Niveau tut, ist Taner Karadagli. Er nennt sich selbst einfach Bäckermeister Tan, seine Bäckerei „Tans Brotboutique“. Die interessante Geschichte seiner Aromenspiele erzählen wir in dieser Ausgabe.

Ebenso wie die von Kliton Isufi, der sich in Albanien um die Pflege und Bewahrung der Brotkultur bemüht. Die ist wirklich eine ganz besondere. Das Brothandwerk ist in dem Balkan-Staat fest in Hand kleiner Betriebe. Keine Spur von Industrie. Von chemischen Backmitteln schon gar nicht.

Dass man beim Backen ohne all die industriellen Helferlein aus dem Labor auskommen und beste Brote herstellen kann, zeigen wir in jeder Ausgabe. Anstelle von Chemie setzen wir auf ganz natürliche Rohstoffe. Und während wir als Ergänzung zum Magazin immer schon nützliches Zubehör für die Backstube angeboten haben, führen wir nun erstmals auch eine Backzutat im Sortiment.



Dabei handelt es sich um Granulat. Getreide wird bei dessen Herstellung ausschließlich mit Wasser, Wärme und Druck behandelt. Im Ergebnis kann es eine Menge Flüssigkeit sehr schnell binden. So kommen mehr Volumen und Saftigkeit ins Gebäck, während der Teig sich leichter verarbeiten lässt. Bisher arbeiten fast ausschließlich Profis mit Granulaten, für Privatleute gibt es kaum Angebote.

Nachdem ich ein paar Mal mit Granulaten gebacken habe, war ich so begeistert, dass ich das ändern wollte. Diese Zutat ist zu gut, um sie nicht zu benutzen. Daher ist sie ab sofort in unserem BROTLaden zu haben. Passende Rezepte gibt es natürlich künftig auch im Magazin.

Bei dessen Lektüre wünsche ich Dir interessante Erkenntnisse und gute Unterhaltung.

Herzliche Grüße

Sebastian Marquardt, Chefredakteur

 @brotmagazin

 /BrotMagazin

 brot-magazin.de

Unsere Facebook-Gruppe:

 facebook.com/groups/brotforum

LeserBROTE an:

 redaktion@brot-magazin.de

Fünf verschiedene BROTGranulate gibt es ab sofort im BROTLaden. Mehr Informationen auf Seite 84 sowie unter brot-magazin.de/einkaufen

Inhalt

06/2021

Menschen & Brot

- **Brotkultur in Albanien** Seite 18
Handwerk statt Backindustrie
- **Tans Boutique für Brot** Seite 56
Wenn sich Gastronomie und Bäckerei treffen
- Gutes Brot** Seite 79
Veranstaltungswochenende in Münster

Glutenfreies Backen

- **Glutenfrei feiern** Seite 96
Wie die Party für alle zum Erfolg wird

Verschiedenes

- Neuheiten** Seite 6
Meldungen rund ums Backen und Genießen
- LeserBROT** Seite 44
Was Leserinnen und Leser backen
- Mühlenfinder** Seite 55
Ausgewählte Adressen für gutes Mehl
- Inspiration** Seite 68
Alles rund ums Brot: Bücher, Blogs, Instagram & Co.
- Die BROTKarte des guten Geschmacks** Seite 77
Empfehlungen für Mühlen und Bäckereien
- BROTLaden** Seite 80
Interessante Produkte fürs heimische Backen



15
Landbrot mit frischen Kräutern



16
Salbei-Baguettes



23
Buka me Qiqër



24
Gelbes Erbsenpüree



26
Buttermilch-Heidebrot



32
Tara



34
Champ Anja



36
Harry



38
Boxxi



40
Rosmarie



42
Vincerinis



48
Kastanienbrot



50
Kürbiskern-Brötchen



51
Spinnenbrot



52
Halloween-Fougasse



54
Kürbisliebe



62
Malz-Kaffeestück



64
Brezone



66
Frühstücksbrötchen



67
Johanna Banana



78
Triple-R



86
UrKORNella



87
Kartoffel-Fluffy



88
Winterpunsch-Fruchtaufstrich



90
Wurstsalat „Alte Heimat“

Wie dieses Heft funktioniert

Vorab

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

Philosophie

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

Temperaturen

Mit Raumtemperatur sind 20-22°C gemeint. Weicht die Temperatur stark ab, hat das Einfluss auf die angegebene Zeit. Grobe Faustformel: pro 5°C verdoppeln oder halbieren sich Garzeiten. Auch Backtemperaturen und -zeiten können variieren. Denn welche Temperatur ein Ofen anzeigt und welche tatsächlich im Garraum erreicht wird – das sind manchmal zweierlei Dinge. Wer sichergehen möchte, misst die Ofentemperatur mit einem entsprechenden Thermometer. Brot ist durchgebacken, wenn die Kerntemperatur um 97°C beträgt. Bei Kleingebäck backt man am besten immer auf Sicht und beendet den Backprozess, wenn die gewünschte Bräunung erreicht ist.

Wasser

Vorsicht bei der Wasserzugabe. Jedes Mehl – auch Mehle mit derselben Type von verschiedenen Herstellern – hat andere Eigenschaften und kann unterschiedlich viel Flüssigkeit binden. Daher sollte man zunächst etwas Wasser (20-30%) zurückhalten und schluckweise nachschütten.

Zeitangaben

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

Sauerteig

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

Die Bewertung

Wir haben jedem Brot einen Schwierigkeitsgrad zugeordnet.

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

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

Fachbegriffe

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

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

-  @brotmagazin
-  /BrotMagazin
-  brot-magazin.de
-  facebook.com/groups/brotforum
-  BROTRezept-Suche: brot-magazin.de/rezepte

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

Glossar **Seite 111**

Vorschau/Impressum **Seite 114**

Rohstoffe

● **Gewürze im Brot** **Seite 10**
Wie sie Broten einen besonderen Kick verleihen

Backen mit Granulaten **Seite 27**
Für mehr Wasser und Stabilität im Teig

Selbst ist das Brot

Grundkurs Brotbacken – Teil 7 **Seite 72**
Teiglinge richtig einschneiden



92
Brotlasagne



94
Apfelschmaus mit Zimt-Brot-Crumble



102
Vollmohn-Brot



104
Sauerteig-Cracker



105
Rosmarin-Focaccia



106
Walnuss-Bagel



108
Schnelles Dinkel-Skyr-Kamutchen

- Titelthemen
- 🌀 Speed-Baking
- ✓ Glutenfrei
- 🎃 Halloween-Spezial

Proteinreichen Genuss verspricht HEJ Natural mit seinem **Crunch Müsli**. Im Mix sind Nüsse und andere pflanzlichen Zutaten wie Hafer, Soja- und Dinkelflocken oder Kürbiskerne enthalten. Das Crunch Müsli ist in fünf verschiedenen Sorten in der 375-Gramm-Packung für 5,90 Euro zu bekommen, nämlich als Apfel & Zimt, Blaubeere & Mandel, Erdbeere & Banane, Kokos & Goji sowie Schoko & Cashew. Nach Herstellerangaben sind alle Sorten zu hundert Prozent vegan und erhalten ihre Süße aus der Zugabe von Datteln.

 hej-natural.de



Neuheiten



Das PanoramaKnife-**Brotmesser** von Swiss Finest verdankt seinen Namen einer außergewöhnlich geriffelten Schneide: Verschiedene Panorama-Ansichten sind als Zackenlinie dargestellt. Das zirka 33,5 Zentimeter lange Messer ist in den Designs „Best of Allgäu“ oder „Best of Switzerland“ für je 79 Euro im Handel erhältlich.

Weitere Designs, unter anderem Berlin oder München, sind geplant.

Die Klinge ist laut Hersteller aus rostfreiem Rockwell-Stahl 42, Härte C, gefertigt und hat das Maß 21,4 Zentimeter. Der Griff besteht wahlweise aus indischem Palisander-Holz oder Polypropylen-Kunststoff. Die Nieten sind aus Aluminium. Für den Geschirrspüler ist das Messer nicht geeignet. Käuferinnen und Käufer erhalten es mit fünf Jahren Garantie.

 swiss-finest.de

Die neue **Kochtopfserie** Simplify von Zwilling soll die tägliche Zubereitung von Speisen vereinfachen. Die Töpfe aus Edelstahl sind in einem schlichten Design gehalten und mit einem Sigma Classic+ Sandwichboden ausgestattet. Laut Hersteller wird so die Hitze optimal und gleichmäßig verteilt. Dank der Glasdeckel kann das Ergebnis jederzeit auch ohne Lupfen begutachtet werden. Beim Hochklappen lassen sie sich sogar am Rand des Topfes befestigen, sodass kondensiertes Wasser in den Topf zurückfließt und Verschmutzungen der Kochflächen vermieden werden. Die Griffe sind mit Silikon ummantelt. Im Ofen lassen sich die Töpfe bis zu 180°C verwenden. Das Kochtopf-Set aus vier oder fünf Teilen besteht aus Kochtöpfen mit den Durchmessern 16, 20 und 24 Zentimeter sowie einem Bratentopf mit 20 Zentimeter Durchmesser. Es kostet 319 Euro (vierteilig) beziehungsweise 349 Euro (fünfteilig). Einzelne sind die Töpfe zum Preis von 89,95 bis 129 Euro zu bekommen.

 de.zwilling-shop.com





Immer wieder kommt Quark als Zutat beim Brotbacken zum Einsatz. Wer dabei nicht auf Produkte tierischen Ursprungs zurückgreifen möchte, findet jetzt bei Alnatura einen pflanzlichen Ersatz: die **Quark-Alternative** aus Soja. Sie soll beim Kochen und Backen eins zu eins das Milchprodukt ersetzen. Laut Alnatura wird die proteinreiche Masse ohne Zuckerzusatz und aus europäischen Sojabohnen hergestellt. Die 400-Gramm-Packung kostet 1,79 Euro.

 alnatura.de

So kommt Ordnung in den Küchenschrank: Zur luftdichten Aufbewahrung hat OXO die neuen **Steel POP Behälter** mit Edelstahldeckel im Programm. Sie sind stapelbar, in den Größen 1 Liter, 2,6 Liter sowie 4,2 Liter erhältlich und beliebig kombinierbar. Der Preis: 17,99 bis 27,75 Euro.

 oxo.de.com



Ob für Brot oder andere Zutaten – **Schneidebretter** zählen zur Standardausrüstung in jeder Hobby-Backstube. Stilvoll kommt die Racine-Kollektion aus Olivenholz daher, die Trendxpress jetzt als Neuheit vorstellt. Bei der Verarbeitung wurden die Schnittkanten und Kurven laut Hersteller an den Linienverlauf des Holzes angepasst, um die Handwerklichkeit der Küchenhelfer zu betonen. Die Racine-Kollektion gibt es in drei Größen ab 59,95 Euro.

 trendxpress.org



 backdorf.de

Einen **Holzbackrahmen** für zwei Brote à 800 bis 1.200 Gramm hat Häussler neu im Sortiment. Der Backrahmen ist aus Buchenholz gefertigt und hat die Maße 310 x 250 Millimeter. Vor dem ersten Einsatz muss er laut Hersteller zunächst gut mit Rapsöl oder Sonnenblumenöl eingölt werden, damit sich die Brote leichter aus dem Rahmen lösen lassen. Mit Hilfe von Trennbrettern kann der Holzbackrahmen zu einem Dreier- oder Viersystem ausgebaut werden. Ohne Trennbretter kostet der Rahmen 34,90 Euro. Ein weiteres Trennbrett ist für 5,90 Euro erhältlich.



Als limitierte Blühwiesen-Edition hat die Ölmühle Solling den **Apfelessig** Naturtrüb herausgebracht. Der Essig ist in der 250-Milliliter-Flasche erhältlich und kostet 8,90 Euro. Mit dem Produkt möchte die Mühle die Bewirtschaftung eines vier Hektar großen Blühfeldes unterstützen. Für jede verkaufte Flasche wandern daher 5 Euro direkt in das Projekt, so der Hersteller.

 oelmuehle-solling.de/bluehwiese

Mit einem glutenfreien **Hafermehl** in Bio-Qualität erweitert Alnavit sein Sortiment. Das Mehl wird aus dem vollen Korn gewonnen und eignet sich laut Hersteller insbesondere zum Backen von Brot, Brötchen sowie Kuchen und Keksen. Es verleiht den Backwaren eine nussige Note. Für die Verwendung in glutenhaltigen Rezepten rät das Unternehmen, maximal 20 Prozent der Gesamtmehlmenge, also zum Beispiel Dinkel oder Weizen, durch das Hafermehl zu ersetzen. Die 500-Gramm-Packung kostet 2,49 Euro.

 alnavit.de



Für die einen ist es noch gewöhnungsbedürftig, für andere ein nachhaltiger Ersatz, zum Beispiel für Fleisch: Grillenmehl. Auch so manche Bäckerei hat damit bereits experimentiert – wenn auch noch zaghaft. Die Firma Pinaks bringt mit ihren Crackern nun **Snacks mit Grillenmehl** auf den Markt. Der Begriff Pinaks ist eine Ableitung vom mexikanischen Wort pinacatl, zu Deutsch: Käfer. Dort stehen nämlich, wie in zahlreichen anderen Ländern auch, zum Beispiel Grillen und Käfer als Proteinquelle auf dem traditionellen Speiseplan. Laut Hersteller haben die Pinaks-Cracker eine positive Klima- und Umweltbilanz und verfügen darüber hinaus über wichtige Nährwerte. Frei von Geschmacksverstärkern, Zusatzstoffen und Gentechnik gibt es die tierischen Snacks in den Geschmacksrichtungen Rosmarin und Zwiebel-Kräuter. Die Packung mit vier Crackern à 35 Gramm kostet 1,49 Euro.

 pinaks.de

Nach dem Prinzip zwei in eins hat 4betterdays einen **Brotkasten** aus Buchenholz mit integriertem Schneidebrett neu im Programm. Der Deckel mitsamt dem Schneidgitter lässt sich bequem abnehmen, um das vormals verstaute Brot anzuschneiden. Um die Krümel aufzufangen, sind in dem Brett Vertiefungen angebracht. Und damit man das Brotmesser gleich zur Hand hat, ist an der Innenseite des Kastens eine Halterung dafür vorgesehen. Das komplette Ensemble gibt es zum Preis von 159,90 Euro zu kaufen.

 avocadostore.de





Text: Edda Klepp

Gewürze im Brot

Vielfalt aus der Natur

Im Mittelalter dienten Gewürze wie Kümmel häufig dazu, den Muff alten Brotes angenehm zu überdecken. In der Backstube bieten sich klassische Gewürze und Kräuter sowie verschiedene ausgefallene Zutaten an, um den eigenen Fundus an Rezepten zu erweitern und ihnen einen besonderen Geschmackskick zu verleihen.

Wie schmeckt Heimat? Mit dieser Frage setzte sich der Bäckermeister Andreas Fickenscher 2017 während seiner Ausbildung zum Brotsommelier auseinander. Unter dem Titel „Heimatbrot. Entwicklung einer regionalen Brotspezialität unter Verwendung schützenswerter, vom Aussterben bedrohter Rohstoffe“ schrieb er seine Projektarbeit. Ziel war es, ein Brot zu kreieren, dessen Geschmack mit seiner Region eng verbunden war.

Kurzerhand entwarf Fickenscher eine Umfrage für seine Kundschaft, in der er verschiedene Kräuter und Gewürze zur Auswahl anbot. Im Austausch mit Vertreterinnen und Vertretern aus Gastronomie und Metzgerei arbeitete er typische Gewürze heraus, die bei der regionalen Wurstherstellung zum Einsatz kommen, zum Beispiel Majoran, Wacholder, Kümmel, Pfeffer, Nelken und Muskat.

Regionale Eigenheiten

Auch klassische Brotgewürze waren darunter, wie eine Landkarte der Zeitschrift „Die Zeit“ aus dem Jahr 2016 zeigt. Die Karte dokumentiert deren Verbreitung in Deutschland um 1930. Vornehmlich in der

Region der heutigen Bundesländer Bayern und Baden-Württemberg waren Kümmel, Fenchel, Anis, Koriander, Piment und Dill als Brotgewürze stark verbreitet. Ganz im Gegensatz zu weiten Teilen West-, Nord- und Ostdeutschlands. „In Gesprächen mit Bäckern der Region wurde bestätigt, dass diese Auswahl auch heute noch so Bestand hat“, schreibt Fickenscher in seiner Arbeit.

Die Heimat des Brotsommeliers, Fickenschers Backhaus, ist nahe der tschechischen Grenze unweit von Kulmbach gelegen. In Münchberg, inmitten der skizzierten Brotgewürz-Region aus den 1930er-Jahren, zwischen Fichtelgebirge und Frankenwald. Heimat schmeckt, so urteilten die Teilnehmenden der Verbraucherumfrage, noch heute ähnlich wie damals. Fenchelsaat, Anis, Küm-



Viele klassische Gewürze stammen aus dem tropischen und subtropischen Raum



Ralf Schmitt hat eine Ausbildung als Gewürz-Sommelier absolviert

mel und Koriander beispielsweise erreichten hohe Umfragewerte und wurden daher in die Rezeptur des Heimatbrottes aufgenommen.

Um dem Backwerk mit einer besonderen Beigabe zusätzlich Charakter zu verleihen, wählte Fickenscher Fichtenspitzen-Sirup aus. Junge Fichtenknospen werden dafür in Zuckerwasser aufgekocht und die Flüssigkeit anschließend abgeseiht. Der Gewürz-Sommelier Ralf Schmitt, der den Bäckermeister bei seinem Vorhaben unterstützte, beschreibt die außergewöhnliche Zutat: „Es handelt sich um einen süßen, Eukalyptus-ähnlich schmeckenden Sirup, der den Teig sanft und geschmeidig macht“, sagt er. In Verbindung mit dem stark angebackenen Brot und dessen eigenen Aromen in Kruste und Krume sei eine überzeugende Komposition entstanden.

Besondere Zutaten

In seiner Ausbildung zum Gewürz-Sommelier lernte Schmitt viel Wissenswertes über die Historie von Gewürzen, Kräutern und Co., deren Eigenschaften und Verwendung sowie zu Sensorik und Wirkstoffen. Als wissenschaftlicher Leiter des Tropenhauses am Rennsteig im bayerischen Tettau trieb Schmitt die Neugierde an. „Wir erforschen seit 2013, ob man mit der Abwärme eines Industriebetriebes energieintensive Kulturen aus den Tropen bei uns wirtschaftlich anbauen kann“, sagt er.

Hauptsächlich handelt es sich dabei um tropische Früchte, aber auch Kurkuma, Ingwer und Galgant zählen dazu. „Galgant ist ein Ingwergewächs mit weißem Fruchtfleisch

und einer Minz-Menthol-Eukalyptus-artigen Schärfe“, erklärt Schmitt. Seiner Erfahrung nach stehe zunehmend die besondere Verarbeitung von Rohstoffen im Zentrum, um eine charakteristische Würze hervorzubringen. Zum Beispiel Fermentation.

„Die Chance, neue Lebensmittel zu finden, wird immer kleiner“, erklärt Schmitt. „Es werden inzwischen zunehmend Gewürze mit Salz oder in Salzlake fermentiert. Auf diese Weise veredelt, schmeckt Pfeffer vollkommen anders als normal“, so der Gewürz-Sommelier. Eine weitere neuerdings beliebte Zubereitungsart: Kochen mit Asche. „Gemüse wird verkohlt, quasi zu Tode gegrillt und dann als würzende Zutat genommen“, sagt Schmitt. „Das Gericht bekommt einen Barbecue-Touch.“

Würzende Beigaben

Als Gewürz-Sommelier unterscheidet Schmitt zwischen klassischen Gewürzen, Gewürzkräutern und würzenden Zutaten. „Ein Gewürz ist eine Zutat oder ein Teil einer Pflanze, die einen eigenständigen Geschmack hat“, sagt er. Dies kann ein Blatt oder die Rinde wie beim Zimt oder auch Saatgut, eine Knospe, ein Samen, eine Wurzel oder eine getrocknete Blüte sein. „Klassischerweise stammen Gewürze aus



Unter Küchenkräutern versteht man Pflanzen, die im heimischen Garten angebaut werden können



Die Fougasse mit Bärlauch und Tomate stammt aus der Backstube der Rockenbäcker Bernd und Fabio Wettlaufer



Beim "Ring of Fire" brachte Wettlaufer Paprika, Muskat, Thymian und Spinat in den Dinkelteig und bestrich den Teigling mit schwarzem Pfeffer, grobem Meersalz sowie einer Gewürzmischung in Olivenöl

den Tropen oder Subtropen.“ Unterschieden werden außerdem Gewürz- und Küchenkräuter. „Als Küchenkräuter bezeichne ich alles, was wir im heimischen Garten anbauen können, zum Beispiel Schnittlauch oder Petersilie. Zu den klassischen Gewürzkräutern zählen Salbei, Thymian oder Oregano, also alles aus dem mediterranen Raum.“

Der Übergang der einen Gruppe zur anderen ist fließend. Auch Salz wird häufig zu Gewürzen gezählt, „dabei ist das ein Mineral“, sagt



Als Brotsommelier hat sich Bernd Wettlaufer intensiv mit Gewürzen im Brot auseinandergesetzt



Um ausgefallene Rezepte zu kreieren, kann man sich an bekannten Gerichten orientieren. So geschehen bei diesem Currywurst-Brot

Schmitt. Als würzende Zutat kommen verschiedene andere Lebensmittel in Frage, zum Beispiel Honig, Sojasoße, Fischpasten, Fleischextrakte oder Sardellen. All das hat aufgrund bestimmter Inhaltsstoffe eigene geschmacks- und geruchsbildende Eigenschaften.

Immer wieder werden auch neue Pflanzenteile bekannter Zutaten als würzende Beigabe entdeckt. Papayakerne zum Beispiel. „Die haben eine Kapern- oder Pfeffer-artige Note im Hintergrund. Daher werden die gemahlene Kerne auch als Papaya-Pfeffer bezeichnet. Tatsächlich handelt es sich nicht um ein klassisches Gewürz, sondern um das Saatgut einer Fruchtpflanze.“

Die Macht der Gewohnheit

Bei der Verwendung von Gewürzen, Kräutern und anderen würzenden Zutaten in Brot rät Schmitt dazu, Geschmacks-Gewohnheiten nicht aus den Augen zu verlieren. Gleichzeitig ist Kreativität erlaubt. So passen auf den ersten Blick exotische Beigaben manchmal sehr gut zu klassischen Backwaren. Als Beispiel nennt Schmitt Tonkabohne als Zutat in einem Brioche-Rezept. „Tonkabohne hat eine Vanille-Note“, sagt der Gewürz-Sommelier. Das helle Frühstücksgebäck und Vanille harmonieren daher sehr gut miteinander.

Entscheidend sei es bei der Entwicklung einer neuen Brot-Rezeptur, die verschiedenen Schlüssel-Aromen aufeinander abzustimmen, weiß der Brotsommelier Bernd Wettlaufer zu berichten. Er beschäftigt sich mit der Entwicklung besonderer Brotspezialitäten. Neben klassischen Gewürzen und Kräutern kommen in der Backstube der Rockenbäcker in Rockenberg weitere würzende Zutaten zum Einsatz, zum Beispiel Cranberries, Möhren, Linsen, Sellerie oder Trockenfrüchte.

„Das Gewürz ist der Schlüssel im Schloss“, beschreibt Wettlaufer seine Philosophie, die er auch als „Brot-Pairing“ bezeichnet. „Viele nutzen nur die klassischen Weihnachtsgewürze wie Anis oder Zimt“,

KLASSISCHE BROTKRÄUTER UND -GEWÜRZE

Verschiedene Geschmacks- und Geruchs-beeinflussende Zutaten kommen in Brot zum Einsatz. Eine Übersicht über die gängigsten Gewürze und Aromen und deren Eigenschaften:

Anis

- Geruch: süß-aromatisch
- Geschmack: süßlich, frisch-würzig, ein wenig nach Lakritz
- Gesundheitsfördernde Wirkung: gegen Blähungen, verdauungsfördernd
- Häufige Anwendung: Süßspeisen, Einmach-Obst, Weihnachtsgebäck, Landbrote

Brotklee (zum Beispiel Bockshornklee, Schabzigerklee)

- Geruch: würzig, leicht bitter bis heuartig
- Geschmack: mild bis kräftig, je nach Sorte
- Gesundheitsfördernde Wirkung: appetitanregend, verdauungsfördernd
- Häufige Anwendung: Dips, Soßen, Käsegerichte, Land- und Bauernbrote, rustikale Brote, Fladen- und Schüttelbrot, Roggenbrot

Dill

- Geruch: mild, leicht kümmelartig
- Geschmack: leicht-süßlich bis hin zu zitronig
- Gesundheitsfördernde Wirkung: entzündungshemmend, schmerzlindernd
- Häufige Anwendung: Suppen, Soßen, Fischgerichte, Salate, kräftige Brotsorten, Brot zum Grillen

Fenchel

- Geruch: würzig, anisähnlich
- Geschmack: intensiv, leicht süßlich
- Gesundheitsfördernde Wirkung: verdauungsfördernd, gegen Blähungen und Magenkrämpfe
- Häufige Anwendung: Schweinefleisch, Currys, Suppen, Roggenbrote, Land- und Bauernbrote

Koriander

- Geruch: intensiv, „wanzenartig“ bis erfrischend zitronen- und mandarinartig
- Geschmack: herb-würzig, teils süßlicher Nachgeschmack, bisweilen seifig
- Gesundheitsfördernde Wirkung: entzündungshemmend, antibakteriell, durchblutungsfördernd
- Häufige Anwendung: Fleisch- und Wildbraten, Weihnachtsgebäcke, kräftige Brote

Kümmel

- Geruch: süßlich
- Geschmack: leicht bitter bis scharf
- Gesundheitsfördernde Wirkung: krampflösend, gegen Blähungen, verdauungsfördernd und appetitanregend
- Häufige Anwendung: Fleisch- und Gemüsegerichte, Roggenbrot, kräftige Brote

Majoran

- Geruch: stark würzig, leicht bitter bis kampferartig, bisweilen eine blumige und zitronige Note
- Geschmack: fein, blumig-würzig, leicht süßlich
- Gesundheitsfördernde Wirkung: verdauungsfördernd, lindert Krämpfe und Blähungen

- Häufige Anwendung: Kartoffelgerichte, Suppen, Soßen, Hülsenfrüchte, helle und dunkle Brote

Muskat

- Geruch: holzig warm, süßlich bis leicht pfeffrig und bitter
- Geschmack: süßlich-scharf
- Gesundheitsfördernde Wirkung: appetitanregend, verdauungsfördernd, gegen Durchfall, schmerzlindernd
- Häufige Anwendung: Kartoffelgerichte, Suppen, Gemüse, Weihnachtsgebäcke

Nelken

- Geruch: warm-holzig, süßlich
- Geschmack: würzig bis süßlich mit einer leicht brennenden bis scharfen Note
- Gesundheitsfördernde Wirkung: appetitanregend, verdauungsfördernd, gegen Blähungen, Bakterien und Pilze
- Häufige Anwendung: Rotkohl, Sauerkraut, Wildgerichte, Weihnachtsgebäck

Pfeffer

- Geruch: würzig bis muffig
- Geschmack: kräftig-würzig, leicht scharf bis scharf
- Gesundheitsfördernde Wirkung: durchblutungsfördernd, verdauungsfördernd, antibakteriell
- Häufige Anwendung: Suppen, Soßen, Marinaden, Fleischgerichte, herzhaft Brote

Piment

- Geruch: nach Gewürznelken, Zimt und Muskat
- Geschmack: nach Gewürznelken, Zimt und Muskat, mit einer leichten Schärfe
- Gesundheitsfördernde Wirkung: appetitanregend, verdauungsfördernd, gegen Blähungen
- Häufige Anwendung: Soßen, Marinaden, süße Gebäcke, Weihnachtsgebäcke

Vanille

- Geruch: süßlich-würzig, mild
- Geschmack: weich, süßlich
- Gesundheitsfördernde Wirkung: appetitanregend, verdauungsfördernd, antioxidative Eigenschaften
- Häufige Anwendung: süße Speisen und Desserts, süße Gebäcke, Weihnachtsgebäcke

Wacholder

- Geruch: harzig, holzig, frisch
- Geschmack: süßlich-bitter, intensiv-würzig
- Gesundheitsfördernde Wirkung: harntreibend, krampflösend, gegen Blähungen
- Häufige Anwendung: Wild-, Geflügel- und Eintopfgerichte, Marinaden, Pasteten, Sauerkraut, kräftige Brote

Zimt

- Geruch: balsamisch-würzig, süßlich, wenig herb
- Geschmack: dunkel, intensiv bis angenehm mild-süßlich
- Gesundheitsfördernde Wirkung: gefäßverengend, stärkend, Zyklus stabilisierend, gegen Bakterien und Pilze
- Häufige Anwendung: Kompott, Soßen, Suppen, Wildgerichte, süße Gebäcke, Weihnachtsgebäcke

sagt er. „Man kann aber auch ganz verrückte Sachen machen. Gewürze bringen beim Foodpairing oft den letzten Kick.“

Die Voraussetzung dafür, dass Gewürzaromen sich mit den anderen Zutaten vertragen: „Es muss eine Harmonie ergeben.“ So verstärken sich süß und süß, bitter und bitter, salzig und salzig sowie sauer und sauer. „Salzig und sauer sowie sauer und bitter haben ebenfalls einen verstärkenden Effekt“, weiß Wettlaufer. Süße hingegen überdecke das Salzige, ein bitterer Geschmack dominiere Saures.

Mit allen Sinnen

Der Bäckermeister verweist auf die unterschiedlichen Sinneseindrücke, die bei der Entfaltung eines Geschmackserlebnisses entstehen. Zunächst reagieren die Geschmacksknospen auf der Zunge sowie am Gaumen und melden beispielsweise Süße oder Säure ans Gehirn. Weitere Reize entstehen durch das Mundgefühl. Zähes,



Im Kurkuma-Möhrl aus der Rockenbäcker-Backstube wurde das Gewürz um Karotten ergänzt. Das Brot passt sehr gut zu Geflügel



Die Brotgedichte der Familie Wettlaufer sind ausgefallene Kompositionen mit unterschiedlichen Gewürzen und anderen gewürzgebenden Zutaten

faseriges oder trockenes Brot entfaltet weniger Geschmack als eines mit röscher Kruste und fluffiger Krume.

Auf dem Weg in den Rachen werden weitere Sinnesrezeptoren aktiv. Über den Schlund geraten Gewürzaromen und beispielsweise ätherische Öle aus Kräutern in die Nähe des Riechkolbens und machen das Geschmackserlebnis perfekt.

Inspiration findet Wettlaufer in verschiedenen Quellen, zum Beispiel in Kochbüchern oder auf der Internetseite www.foodpairing.com. Köchinnen und Köche wüssten schließlich, welche Gewürze zu welchen Speisen passen, sagt er. „Auf der Seite gibt man einen Begriff ein, zum Beispiel Brot, und bekommt Vorschläge.“ Wer ein neues Brot kreiert, könne sich an den unterschiedlichen Zutaten einer kompletten Mahlzeit orientieren und schauen, welche davon er dann in einem Rezept zusammenbringt.

So geschehen zum Beispiel beim Rockenbäcker'schen Kurkuma-Baguette. Hier ließ sich Wettlaufer von einem Geflügelgericht in-

spirieren. „Kurkuma bringt Farbe ins Brot, aber es hat auch positiven Einfluss auf das Wohlbefinden. Wir haben außerdem Karotten zugegeben. Insgesamt passt das Brot nun hervorragend zu Hähnchen oder Pute.“

Überhaupt seien Kochbücher eine gute Quelle, um zu erkunden, welches Gewürz oder Kraut zu welchen weiteren Zutaten passt. „Es gibt ein paar Klassiker wie zum Beispiel Rosmarin zu Kartoffeln“, sagt Wettlaufer. Warum die beiden nicht auch in einem Brot paaren? „Oft habe ich einfach eine zündende Idee und schaue dann in Rezeptbüchern nach, was mit einer Zutat kombiniert werden kann. Natürlich muss man die Gewürze dann auch kennen.“

BROTGEWÜRZ-MISCHUNGEN SELBER HERSTELLEN

In einer klassischen Brotgewürz-Mischung sind häufig Anis, Fenchel, Koriander und Kümmel enthalten. Hierfür werden je 12 g in eine Schüssel gegeben und vermahlen. Ergänzend kann man nach Belieben außerdem je 4 g Kreuzkümmel, Muskat, Pfeffer und/oder Piment hinzufügen. Die Gewichtsangaben beziehen sich auf getrocknete Kräuter und Gewürze.

Neben den klassischen Brotgewürzen bieten sich aber auch viele weitere aromatische Zutaten zur Herstellung eigener Mischungen an. Der Kreativität sind hierbei keine Grenzen gesetzt. Es empfiehlt sich, zunächst kleinere Mengen zu vermischen und zu vermahlen, um sich an die eigenen Geschmacksvorlieben heranzutasten.

Mildere Gewürze kommen dabei in größeren Mengen als Basis zum Einsatz, während intensivere und schärfere Aromen in kleineren Mengen hinzugefügt werden. Es bieten sich zum Beispiel folgende Varianten an:

Für helles Baguette und Ciabatta:
eine Mischung aus Oregano und Rosmarin als Basis; Knoblauch, Rohrohrzucker und Zwiebeln als vorsichtige Beigabe

Für ein herb-aromatisches Bauernbrot:
eine Mischung aus Anis, Kardamom, Fenchel, Kerbel, Koriander, Kümmel und Liebstöckel als Basis; Petersilie, Pfeffer und Schnittlauch als vorsichtige Beigabe

Für ein würziges Weihnachtsbrot:
eine Mischung aus Anis, Fenchel, Koriander, Nelken als Basis; Ingwer, Sternanis und Zimt als vorsichtige Beigabe

Brot-Poesie

Auf diese Weise entstanden zahlreiche sogenannte Brotgedichte in Rockenberg, die aus einer „Marriage“ ausgesuchter Zutaten bestehen, wie Wettlaufer es beschreibt. Da wäre zum Beispiel die Lutherstange mit Dinkel, Äpfeln und Honig zu nennen. Oder die Früchtepoesie mit getrockneten Birnen, Feigen und Aprikosen im Teig. „Abgeschmeckt mit Liebstöckelgewürz“, ergänzt der Brotsommelier. Jedes Brotgedicht wurde vielfach in der Rockenbäcker-Produktion erprobt und verfeinert.

Neben der Abwechslung und neuer Sinnesindrücke nennt der Bäckermeister einen weiteren Vorteil bei der Arbeit mit Gewürzen: „Ein normales Brot enthält etwa 2 Prozent Salz. Mit Gewürzen und Kräutern können Sie das Salz auf 1 Prozent reduzieren und geschmacklich die Lücke schließen.“ Für nicht wenige dürfte es also auch ein gesundheitlicher Anreiz sein, sich mit Gewürzen im Brot auseinanderzusetzen. 🍞



1 g Frischhefe entspricht etwa der Größe einer Kichererbse.

Tipp
 Statt der frischen können auch getrocknete Kräuter verwendet werden. In diesem Fall das angegebene Gewicht halbieren. Eine Anleitung für den Sauerteig Marvin findet sich in den **BROT**-Ausgaben 05/2018 sowie 03/2020.

Landbrot mit frischen Kräutern

Ob würziger Schnittlauch, glatte Petersilie, aromatischer Rosmarin oder Mörcchen-Grün – frische Kräuter verleihen dem Brot einen würzigen Geschmack. Das Backwerk passt hervorragend zu Käse oder als Beilage zum Salat. Frisch geröstet vom Grill oder als Crostini in Olivenöl gold-braun gebraten schmeckt es besonders gut.

- ☉ Alle Zutaten – außer Salz und 10 g Wasser – gründlich miteinander vermengen und so lange mit den Händen durchkneten, bis sich der Teig gut vom Schüsselrand löst.
- ☉ Den Teig mit feuchten Händen dehnen und falten. Abgedeckt bei Raumtemperatur 45 Minuten gehen lassen.
- ☉ Das Salz in 10 g Wasser auflösen und von Hand vollständig in den Teig einarbeiten.
- ☉ Abgedeckt bei Raumtemperatur 3-3,5 Stunden gehen lassen. Nach 30 Minuten einmal dehnen und falten.
- ☉ Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und rundwirken. Mit Schluss nach oben in ein bemehltes Gärkorbchen legen. Abgedeckt für 12-16 Stunden in den Kühlschrank stellen.
- ☉ Den Backofen auf 240°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- ☉ Den Teig direkt aus dem Kühlschrank aus dem Gärkorbchen stürzen, nach Belieben einschneiden und unter Schwaden in den Ofen geben. 10 Minuten anbacken. Die Temperatur auf 210°C reduzieren und 35-40 Minuten ausbacken. 🍴

Rezept & Bild: Margarete Maria Preker

📷 @imagina_von_rosenberg

💻 brotpassion.de



Zeitstraster

8.00 Uhr
Sauerteig ansetzen

9.00 Uhr
Poolish ansetzen

18.00 Uhr
Hauptteig ansetzen

22.20 Uhr
Brot formen

Nächster Tag

10.00 Uhr
Ofen vorheizen

10.30 Uhr
Backen

11.15 Uhr
Brot fertig

Sauerteig

- ▶ 60 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 60 g Roggenmehl 1150
- ▶ 10 g Sauerteig Marvin (alternativ Lievito Madre)

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

Poolish



- ▶ 100 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 100 g Weizenmehl 812 (alternativ Weizenmehl 1050)
- ▶ 1 g Frischhefe

Die Zutaten gründlich miteinander vermischen und 3 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur anspringen lassen. Danach für 7-9 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Hauptteig



- ▶ Sauerteig
- ▶ Poolish
- ▶ 270 g Wasser (kalt)
- ▶ 400 g Weizenmehl 550
- ▶ 4 g Thymian (frisch, gehackt)
- ▶ 4 g Rosmarin (frisch, gehackt)
- ▶ 3 g Petersilie (frisch, gehackt)
- ▶ 3 g Schnittlauch (frisch, gehackt)

Spätere Zugabe

- ▶ 11 g Salz
- ▶ 10 g Wasser

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆☆
 Getreide: Weizen, Roggen
 Triebmittel: Sauerteig Marvin (Lievito Madre)
 Teigkonsistenz: fest
 Zeit gesamt: 27,5-35,5 Stunden
 Zeit am Backtag: 1,5 Stunden
 Backzeit: 45-50 Minuten
 Starttemperatur: 240°C
 Backtemperatur: 210°C nach 10 Minuten
 Schwaden: beim Einschließen

Salbei-Baguettes

Der Duft von Brot ist betörend. In diesem Fall mischt sich unter den appetitlichen Geruch von frisch Gebackenem eine besondere Salbei-Note. Die Blätter der intensiv würzigen Pflanze schmecken leicht bitter und besitzen eine sanfte Schärfe, die sie im Wasser-Milch-Bad abgemildert an den Teig abgeben. Mit Butter oder pur sind die Baguettes ein herrlicher Genuss.

Teig-Zutaten*

- ▶ 150 g Wasser (kalt)
- ▶ 150 g Milch (kalt)
- ▶ 40 g Butter
- ▶ 1 Bund Salbeiblätter (frisch, entspricht etwa 70 g)

Spätere Zugabe

- ▶ 500 g Dinkelmehl 630
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 5 g Frischhefe

Topping

- ▶ 1 Eigelb (Größe M)
- ▶ 20 g Milch

*Ergibt 3 Stück

Für Einsteiger
geeignet

Schwierigkeitsgrad: ★☆☆☆
Getreide: Dinkel
Triebmittel: Hefe
Teigkonsistenz: weich, leicht klebrig
Zeit gesamt: 11,5-13,5 Stunden
Zeit am Backtag: 1,5 Stunden
Backzeit: 25-35 Minuten
Starttemperatur: 210°C
Backtemperatur: 180°C sofort
Schwaden: nein

- Die Butter im Thermomix 2-3 Minuten auf Stufe 2 auf 80°C erhitzen.
- Milch, Wasser und Salbeiblätter dazugeben und alles 30 Minuten bei geschlossenem Deckel ziehen lassen.
- Die Salbeiblätter entfernen.
- Salz und Hefe zum Wasser-Milch-Gemisch geben.
- Das Mehl hinzugeben und auf Knetstufe 2 Minuten laufen lassen, sodass sich der Teig vom Schüsselrand löst.
- Den Teig in eine Schüssel umfüllen und abgedeckt zirka 15 Minuten anspringen lassen. Dann für 10-12 Stunden in den Kühlschrank stellen.
- Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsplatte geben und in 3 gleich große Portionen à zirka 280 g teilen.
- Die Teiglinge rundformen und 20 Minuten entspannen lassen.
- Rechtzeitig den Ofen Ofen auf 210°C Ober-/Unterhitze vorheizen.



Dieses Rezept
gelingt mit dem
Thermomix



Tipp
Für ein noch
intensiveres Salbei-
Aroma können einige
Salbei-Blätter beim
Backen mit in den Ofen
gegeben werden.

● Die Teiglinge länglich zu zirka 25 cm langen Strängen ausrollen und je zwei Stränge miteinander verwirbeln. Abgedeckt noch einmal 10 Minuten entspannen lassen.

● Eigelb und Milch zu einer Eistreiche vermischen und die Teiglinge damit bestreichen.

● Die Teiglinge in den vorgeheizten Ofen geben und die Temperatur sofort auf 180°C reduzieren. 25-35 Minuten backen. 🍴

Rezept & Bild:
ärbel Adelhelm

Zeitraster

20.00 Uhr
Teig ansetzen

Nächster Tag
8.00 Uhr
Teiglinge formen

8.15 Uhr
Ofen vorheizen

8.45 Uhr
Backen

9.15 Uhr
Baguettes fertig

Brotkultur in Albanien

Im Land der wilden Hefe

Text & Bilder:
Astrid Benölken &
Tobias Zuttmann

Auf den Landkarten der meisten Brot-Fans ist Albanien ein weißer Fleck. Dabei hat die Region eine reiche Brotkultur mit langer Tradition. Gemeinsam mit anderen albanischen Bäckerinnen und Bäckern lässt Kliton Isufi längst verschüttet geglaubtes Wissen wieder aufleben. Auf der Suche nach einem Brot aus seiner Erinnerung rekonstruierte er ein Rezept für das Buka me Qiqër, ein Brot mit fermentierten Kichererbsen.

Bedächtig zieht Kliton Isufi drei Plastikschüsselchen und eine Flasche aus seinem Beutel. In zwei der Schüsselchen hat er Kichererbsen gefüllt, die bei jeder Bewegung klackern, in das dritte einen weichen Teig. In der Flasche schwimmt eine trübe grünliche Flüssigkeit. Isufi rückt die Schälchen vor sich zurecht und grinst. Er sieht dabei aus wie ein Wissenschaftler, der das Ergebnis jahrelanger Forschung präsentiert. Mit dieser Beobachtung liegt man nicht ganz falsch, auch wenn Isufi kein Wissenschaftler, sondern Bäcker ist.

Fachlicher Austausch

Regelmäßig trifft sich Isufi mit Gleichgesinnten auf Tagungen der Albanischen Bäckerei-Innung. Hier kommen die Mitglieder zusammen, um Rezepte zu teilen, sich Ratschläge zu geben und gemeinsam zu überlegen, wie sie die Brotkultur im Land stärken können. Acht Bäckermeister aus allen Regionen Albaniens sind an diesem Morgen in die albanische Hauptstadt Tirana gekommen, um sich gegenseitig Brottraditionen vorzustellen und miteinander ins Gespräch zu kommen. Es ist das erste Mal, dass sie sich seit Beginn der Corona-Pandemie wieder treffen können. Und es gibt viel zu erzählen.

Taucht man tief in die Brotkultur Albaniens ein, ist es, als entdeckte man einen neuen Kontinent. Es gibt riesige, dunkle Roggenbrot-

Laibe, so zerfurcht wie die Berge im Norden Albaniens, knusprige Sodafladen, flach wie die sanften Hügel der Hafenstadt Durrës, und kleine Maisbrote, gelb wie der Sandstrand an den Adriaküsten des Landes. Verlässt man die großen Städte wie Tirana, wo sich Bäckerei an Bäckerei reiht, backen viele ihr Brot noch selbst.

Kliton Isufi begann 2002 mit dem Brotbacken. Damals hatte er direkt ein bestimmtes Brot im Sinn, das er in seiner Bäckerei anbieten wollte: das Buka me Qiqër. Dabei handelt es sich um ein typisch albanisches Brot mit Hefe-Wasser aus fermentierten Kichererbsen. Allerdings verfügte Isufi über kein Rezept für das Backwerk. Dabei ist das Brot Teil jahrhundertealter albanischer Traditionen. Genauer gesagt in der Gegend von Korça, im Südosten des Landes. Anfang der 2000er-Jahre war es jedoch aus fast allen Bäckereien Albaniens verschwunden.



Kliton Isufi entwickelte das Rezept für sein Kichererbsenbrot nach zahlreichen Gesprächen mit Landsleuten



Nur wenige Zutaten braucht es, um das Buka me Qiqër mit dem Hefewasser aus fermentierten Kichererbsen herzustellen

Den eigenwilligen Geruch des Buka me Qiqër hatte Isufi von früher noch in der Nase. Und auch die vielen Bräuche hatte er vor Augen, mit denen das Gebäck verbunden ist. So wurde das Brot traditionell zum Beispiel von der zukünftigen Schwiegermutter zu einer Hochzeit gebacken. Die genaue Zubereitung allerdings blieb für Isufi nach wie vor ein Rätsel. „Also befragte ich Freunde, Familienmitglieder und verschiedene andere Leute zu ihren Erfahrungen mit dem Brot, um so nah wie möglich an das Vorbild heranzukommen“, sagt er.

Wissen teilen

Das Buka me Qiqër wird aus schneckenförmig gerollten Teigwülsten hergestellt, die man in einer flachen Backform anordnet. Seinen besonderen Duft verdankt das Brot den namensgebenden Kichererbsen, die mit Kichererbsenmehl und warmem Wasser fermentiert werden. Durch die Wärme sowie die Kohlenhydrate im Mehl und in den Kichererbsen vermehren sich die auf den Kichererbsen und den Getreidekörnern vorhandenen natürlichen Hefen im Ansatz, es entsteht eine Art Hefewasser.

Kliton Isufi experimentierte viel, bis es ihm endlich gelang, die Kichererbsen so zu verarbeiten, dass sie dem Teig genug Trieb verleihen, berichtet er. Sein Wissen darüber gibt er heute bereitwillig weiter.

Die traditionellen Brot-Rezepte aus der Region sind oft auf grundlegende Zutaten

zusammengestrichen und wenig opulent, so wie sich auch das Leben auf den Dörfern ohne Schnickschnack gestaltet. Ein Stück Brot gehört in Albanien zu jedem Essen dazu. „Wenn man in Albanien zum Frühstück, Mittag- oder Abendessen sagt ‚Lasst uns was essen‘, dann meint man ‚Lasst uns Brot essen‘“, erzählt der Vorsitzende der albanischen Bäcker-Innung, Gëzim Peshkopia. Daran erkenne man den Stellenwert von Brot in seinem Land, ist er überzeugt.

Trotz des hohen Brot-Konsums sucht man dessen industrielle Produktion in dem Drei-Millionen-Einwohner-Staat jedoch vergebens. „Wir sind meines Wissens das einzige Land in Europa, in dem Brot allein handwerklich hergestellt wird“, sagt Peshkopia stolz. In Supermärkten findet sich entweder gar kein Brot oder es gibt dort in seltenen Fällen ganze, ungeschnittene Laibe, die noch in der Papiertüte des handwerklichen Lieferbetriebs stecken. Die Brotherstellung in Albanien ist und bleibt bislang Sache der kleinen Bäckereien.

Das sorgte über die Jahre dafür, dass in den verschiedenen Regionen typische Rezepte erhalten geblieben sind – Rezepte, wie sie sich die Bäckermeister gegenseitig auf ihrer Tagung vorstellen.

Nicht nur mit hellen Mehlen wird in Albanien gebacken, auch Roggenbrote stehen auf dem Speiseplan





Petro Kulas bietet seine Brote auf der Tagung zur Verkostung an

Historischer Hintergrund

Die wechselhafte Geschichte des Landes lässt sich am Brot ablesen. Bis 1991 herrschte in Albanien eine sozialistische Diktatur, die den Staat vom Rest der Welt abschottete. Für die Menschen bedeutete das Mangelwirtschaft im Land. Als Albanien sich nach dem Ende des Sozialismus langsam öffnete, gehörte es zu den ärmsten Ländern der Welt. „Das Brot, das unsere Vorfahren gebacken haben, musste lange halten. Also musste es auch entsprechend hergestellt werden“, erinnert sich Avni Nela, Bäckermeister in Tirana.

Die Jahre der Isolation zwangen die Menschen, kreativ zu werden, sagt Nela: „Die Armut im Land sorgte dafür, dass es aus den Fabriken höchstens genug Hefe für die großen Städte gab, aber nicht für die meisten Dörfer. Die Leute stellten daher ihre eigene Hefe her, um Brot zu backen.“ Die erzwungene Kreativität brachte durchaus auch Vorteile mit sich, denn das wilde Triebmittel sorgt nicht nur für Vielfalt und Aroma im Brot, sondern auch für eine bessere Bekömmlichkeit.

Aus rund 20 verschiedenen Lebensmitteln wird die wilde Hefe in Albanien Handwerksbäckereien nach Auskunft der Innung auch heute noch gezüchtet, beispielsweise aus gekochten Zwiebeln, Trauben oder



Die Brotauswahl auf der Bäckerei-Tagung ist vielfältig



Die albanische Brotkultur und Gastfreundschaft sind eng miteinander verbunden

eben Kichererbsen. Die natürlichen Hefen haben eine geringere Triebkraft als industriell hergestellte Backhefe. Der Teig muss oft länger gehen, als es bei deren Verwendung der Fall wäre.

Zum Beispiel beim Buka me Qiqër: „Es braucht viele Schritte und dauert lange, dieses Brot zu produzieren. Von Anfang bis Ende benötige ich mehr als zwölf Stunden, um es zu backen“, erklärt Kliton Isufi seinen Kollegen und zeigt ihnen zur Veranschaulichung den gelben, runden Laib.

Experimente wagen

Während die Mangelwirtschaft auf der einen Seite viele kreative neue Ideen hervorbrachte, wurden auf der anderen Traditionen verschüttet: „Wir versuchen, den charakteristischen Geschmack und Geruch aller traditionellen Backwaren wieder herzustellen, wie etwa beim Kichererbsenbrot. Aber es ist schwer, das zu erreichen“, sagt Bäckermeister Avni Nela.

Häufig werden alte Traditionsrezepte inzwischen daher auch in neuem Gewand umgesetzt. Petro Kulas führt seit kurzem Erdbeerbrot in seinem Sortiment. Anlass war ein Erdbeerfest in seiner Heimatstadt Fier. Der Bürgermeister schlug ihm vor, dafür ein passendes Brot zu backen. Also begann Kulas zu experimentieren und setzte eine wilde



Avni Nela, Bäckermeister aus Tirana, hat sich intensiv mit der Historie des albanischen Brotes auseinandergesetzt

Hefe aus Erdbeeren an. „Aus meinen ersten Ansätzen wurde statt Hefe Raki“, scherzt er. Damit ist ein Schnaps aus Obst wie Wildpflaumen, Maulbeeren oder Trauben gemeint. Die anderen lachen.

Die albanischen Bäckerinnen und Bäcker wissen: Das mit dem Fermentieren ist gar nicht so einfach. Seine Mutter brachte Kulas schließlich darauf, nicht helles, sondern dunkleres Mehl für den ersten Ansatz zu nutzen. Denn was bei einem klassischen Sauerteig nützlich ist, hilft auch hier: Mehl mit einem größeren Vollkorn-Anteil enthält mehr Mikroorganismen wie Hefepilze und Milchsäurebakterien. Sie vermehren sich und verhindern damit beispielsweise, dass andere Bakterien die Oberhand gewinnen. So trägt das Mehl zum Backtrieb sowie zur Haltbarkeit vom Hefeansatz und dem späteren Brot bei.

Nach diesem Tipp klappte es auch bei Kulas: Die Hefe entwickelte sich und das damalige Erdbeerfest war gerettet. Als Kulas das frische Brot anschneidet, zeigt sich eine lilafarbene Krume. Es schmeckt herzhaft und bringt auch gleichzeitig die süße, fruchtige Note von Erdbeeren mit.

Alte Techniken

Viele alte Techniken finden in den Bäckereien nach wie vor Verwendung. Es wird im Steinofen über Holz gebacken oder im Saç, einem kuppelförmigen Deckel, der im Feuer erhitzt und dann über das Gebäck gestülpt wird. „Ein Saç wird maximal 180°C warm, so bleibt das Brot schön weich in der Mitte“, sagt Aristotel Haxhi, Bäcker aus Gjirokaster im Süden des Landes.

Ein Video zeigt seine Familie beim Brotbacken mit dem Kuppelofen. „Es ist ein großer Unterschied, ob man im Ofen oder im Saç backt. Im Saç wird das Brot geschmackvoller – aber es braucht auch mehr Zeit“, so Haxhi.

Beim Mehl setzen die Bäckermeister im Raum ebenfalls auf Tradition. Ein Großteil des Getreides, das sie verarbeiten, stammt noch heute von heimischen Feldern, sagen sie – während des Sozialismus ohnehin eine Selbstverständlichkeit, weil wenig Waren ins Land importiert wurden. Je nach Region unterscheidet sich, welches Getreide vor allem angebaut und verarbeitet wird.

Anzeige

Brotzutaten
einfach gutes Brot backen

**Unser bestes Tipo 00
Pizzamehl mit 14g Protein
für perfekte Ergebnisse
auch auf Backstahl**

Bindewald & Gutting
MÜLLERGRUPPE

**TIPO 00
SUPERIORE**
DI GRANO TENERO

HERGESTELLT IN DEUTSCHLAND

1000 g e
Gewichtsbewertung durch Feuchtigkeitsverlust möglich

www.brotzutaten.de



Viele Brotsorten sind an Bräuche geknüpft. So wird zum Beispiel ein flaches Brot bei Hochzeiten über dem Kopf der Braut zerschlagen

Im Norden zum Beispiel sind es vor allem gelber und weißer Mais, die sich auch in den unwirtlichen Bedingungen der Bergregion anbauen lassen. Im Flachland um Tirana und Kruja dominieren Roggen und Weizen. Vor allem im Süden des Landes werden Kichererbsen angebaut, die sich als Mehl oder Hefeansatz in den Broten von Bäckermeister Isufi wiederfinden.

Nicht nur beim Kichererbsenbrot, generell sind die wichtigsten Traditionen Albaniens eng mit Brot verbunden. Die albanische Tugend der Gastfreundschaft zeigt sich auch in dem Backwerk: In einigen Regionen werden die aufwendigsten Rezepte grundsätzlich nur für Besucherinnen und Besucher gebacken. In anderen ist es Tradition, bei der Hochzeit ein flaches Brot über dem Kopf der Braut zu zerschlagen.

Bestimmte Brotsorten werden ausschließlich zu speziellen Anlässen gebacken, etwa das weiche Samuana-Brot, das während des Ramadans für das Fastenbrechen von Musliminnen und Muslimen hergestellt wird. Nach einem langen Tag ohne Essen gilt es als besonders magenschonend.



Bei dem Saç handelt es sich um einen kuppelförmigen Deckel, der im Feuer erhitzt und dann über das Gebäck gestülpt wird



Mit seinem Erdbeerbrot hat der Bäckermeister Petro Kulas ein traditionelles Rezept neu interpretiert

Entspannter Ausklang

Nach dem fachlichen Austausch auf der Tagung in Tirana beginnt die Schlemmerei. Zu den zahlreichen Broten gibt es Käse, Salami, Oliven sowie in Joghurt eingelegte Paprika. Die Gespräche gestalten sich weniger fachspezifisch, Anekdoten werden ausgetauscht. Ein Bäckermeister aus Kruja, Admir Topi, erzählt, wie einst der damalige US-Präsident George W. Bush während seines Besuchs in Albanien in seine Bäckerei und Konditorei kam und einen Kuchen bestellte.

Allerdings warnte der Secret Service, der Präsident dürfe das Gebäck nicht essen. Das verstöße nämlich gegen das Sicherheitsprotokoll. Für ein Foto tippte Bush seinen Finger in den Kuchen und flüsterte dem Bäcker zu, seine Leute würden die Backware später abholen. In Erinnerung an die besondere Begegnung nannte Topi seinen Laden später in die George W. Bush Bakery um. Noch Jahre später bezeichnete man seinen Betrieb nur als die Bäckerei, in der Bush gegessen hatte.

Während die einen weiteren Anekdoten lauschen, machen andere noch eine Runde durch den Saal. Kulas aus Fier schneidet von seinem Erdbeerbrot große Scheiben ab und reicht sie den Neugierigen herüber. Sie riechen, drücken, schauen und verkosten. Alle wollen das neueste Kapitel der albanischen Brotkultur probieren. Von Kichererbsen bis Erdbeeren war es ein langer Weg. Und der ist noch nicht zu Ende. ■



Rezept: Kliton Isufi
Bild: Astrid Benölken & Tobias Zuttman

Buka me Qiqër

Das Buka me Qiqër ist ein albanisches Kichererbsenbrot, das in dem südosteuropäischen Land seit Jahrhunderten auf diese Weise gebacken wird. Um den Hefeansatz aus Kichererbsen herzustellen, braucht es etwas Zeit und Geschick. Das fertige Brot ist eine tolle Beilage, zum Beispiel zum Grillen. Mit süßen und herzhaften Aufstrichen eignet es sich ebenso gut als Hauptgericht.

- Mehl, Wasser und Salz zu einem glatten Teig vermengen.
- Den Vorteig hinzugeben und alles gründlich vermischen. Im Anschluss so lange von Hand kneten, bis ein homogener Teig entsteht. Den Teig abgedeckt bei Raumtemperatur 8-12 Stunden gehen lassen, bis sich das Volumen in etwa verdoppelt hat.
- Den Teig in 10 gleich große Portionen à zirka 95 g teilen. Eine der Portionen beiseite legen.
- Neun der Teigportionen zu je einem länglichen Rechteck von zirka 6 x 25 cm ausrollen und zu kleinen Schnecken aufrollen. Die Schnecken eng nebeneinander in eine runde Backform geben.
- Den zehnten Teigling flach kreisrund ausrollen und die Schnecken in der Backform damit komplett abdecken. 30 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur ruhen lassen.
- Den Ofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Die Teig-Oberfläche einschneiden, mit Eigelb bestreichen und die Backform in den vorgeheizten Ofen geben. Die Temperatur sofort auf 200°C reduzieren und zirka 20-30 Minuten backen, bis sich eine schöne Kruste gebildet hat. ■

Tipp Da es sich um eine Spontangärung handelt, ist sauberes Arbeiten mit abgekochten Utensilien dringend zu empfehlen, um Fehlgärung zu verhindern.

Hefewasser

- ▶ 250 g Wasser (heiß, etwa 80°C)
- ▶ 50 g Kichererbsen (getrocknet)
- ▶ 5 g Kichererbsenmehl
- ▶ 5 g Zucker
- ▶ 3 g Salz

Die Kichererbsen in grobe Stücke teilen und in ein Einmachglas füllen. Die übrigen Zutaten hinzufügen und abgedeckt etwa 7-8 Stunden bei 30-40°C gehen lassen. Gelegentlich etwas bewegen. Nach Ablauf der Zeit sollte sich ein deutlich erkennbarer weißer Schaum auf der Flüssigkeit gebildet haben, die nun einen strengen Geruch verströmt. Die groben Stücke abseihen und das Hefewasser auffangen.

Vorteig

- ▶ 80 g Hefewasser
- ▶ 80 g Weizenmehl Tipo 00 (alternativ Weizenmehl 405)

Die Zutaten gründlich miteinander vermischen. Abgedeckt bei Raumtemperatur 12-16 Stunden gehen lassen, bis sich das Teigvolumen in etwa verdoppelt hat.

Hauptteig

- ▶ 300 g Wasser (warm)
- ▶ 500 g Weizenmehl Tipo 00 (alternativ Weizenmehl 405)
- ▶ 12 g Salz
- Spätere Zugabe
- ▶ Vorteig

Topping

- ▶ 1 Eigelb (Größe M)

Schwierigkeitsgrad:	★★★
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefewasser
Teigkonsistenz:	bindig
Zeit gesamt:	29-38,5 Stunden
Zeit am Backtag:	1,5 Stunden
Backzeit:	20-30 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	200°C sofort
Schwaden:	nein

Gelbes Erbsenpüree

Zutaten*

- ▶ 450 g Wasser (kalt)
- ▶ 200 g Trockenerbsen (gelb, geschält)
- ▶ 120 g Zwiebeln (geschält, in kleinen Stückchen)
- ▶ 75 g Speck (gewürfelt, alternativ Räuchertofu)
- ▶ 20 g Butterschmalz (alternativ Rapsöl)
- ▶ 5 Wacholderbeeren
- ▶ 1 Lorbeerblatt
- ▶ Kräutersalz
- ▶ schwarzer Pfeffer (aus der Mühle)
- ▶ Muskatnuss

*Ergibt 2 Gläser à 325 g

Rezept & Bild: Gerda Göttling

Tipp

Die Reste vom Erbsenpüree können in der Pfanne mit Butterschmalz angebraten oder mit Fleischbrühe aufgegossen und dann als heiße Suppe mit frischem Brot und Wiener Würstchen gegessen werden.

Erbsenmus aus geschälten Trockenerbsen ist wahrlich eine Proteinbombe. Das Püree ist somit der ideale Eiweißlieferant für alle und dabei noch lecker-würzig. Zu jeder Jahreszeit kann man es zu verschiedenen Anlässen auftischen, zum Beispiel als Aufstrich und Dip zu Brot oder auch als Beilage zu Grillfleisch. Nach dem Einweichen der Erbsen ist es ruck-zuck gemacht.

- ☉ Die Erbsen waschen. Mit dem Wasser in einen Topf geben und 24-30 Stunden quellen lassen.
- ☉ Wacholderbeeren und Lorbeerblatt dazugeben und die Erbsen bei geschlossenem Deckel 2-2,5 Stunden weich kochen.
- ☉ Die Zwiebelstückchen in Butterschmalz bei geringer Hitze anbraten, den Speck kross anrösten.
- ☉ Das überschüssige Wasser der Erbsen abgießen, das Lorbeerblatt und die Wacholderbeeren entfernen.
- ☉ Die Erbsen mit Salz, Pfeffer und Muskat nach Belieben würzen und pürieren.
- ☉ Zwiebelstückchen und Speck hinzufügen und mit der Masse vermengen. Nochmals abschmecken.
- ☉ Sofort bis zum Gebrauch in den Kühlschrank stellen. Gekühlt ist das Püree 2-3 Tage haltbar. 🍴





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

FERMENTATION VERSTÄNDLICH
Alles über die Teiggare
DAS PAN ED LANGA
Brot als Kulturerbe
GLUTENFREIES BACKEN
Wie man Rezepte ums



191324*106908 65 6,90 A: 7,60



AROMEN-FEUERWERK
So setzt man
Gewürze richtig ein
BUKA ME QIQËR
Albanische
Brotkultur
**GLUTENFREIES
FEIERN**
So wird die Party
für alle gut

IM HEFT
Mehr als
30 Rezepte
kreativ &
gelingsicher

**Kulinarische
Krusten**
Bäckermeister
Tans Boutique
für Brot

191324*106908 06 6,90 EUR A: 7,60 Euro, CH: 13,5

Jetzt bestellen!

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

Buttermilch-Heidebrot

Sauerteig

- ▶ 80 g Wasser (warm)
- ▶ 80 g Roggenmehl 1150
- ▶ 10 g Anstellgut

Die Zutaten gründlich miteinander vermischen und abgedeckt bei Raumtemperatur zirka 14-16 Stunden gehen lassen.

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 400 g Buttermilch (lauwarm)
- ▶ 320 g Weizenmehl 1050
- ▶ 280 g Roggenmehl 1150
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 4 g Frischhefe
- ▶ 1-2 g Kümmel



Das Heidebrot kennt man vor allem im Norden Deutschlands. Man bezeichnet damit ein aromatisches Mischbrot, das in verschiedenen Variationen erhältlich ist. Die Grundlage dieser Variante bilden ein milder Sauerteig und die Zugabe von Buttermilch. Das geschacksintensive Brot überzeugt durch eine lange Frischhaltung.



Tip

Topfbrote können auch freigeschoben gebacken werden, man sollte sie dann aber schwaden.

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Roggen, Weizen
Triebmittel:	Sauerteig, Hefe
Teigkonsistenz:	klebrig
Zeit gesamt:	21-23 Stunden
Zeit am Backtag:	6,5 Stunden
Backzeit:	45 Minuten
Starttemperatur:	240°C
Backtemperatur:	230°C sofort
Schwaden:	nein

● Die Zutaten auf langsamer Stufe 2 Minuten vermischen, dann 8 Minuten auf schnellerer Stufe kneten. Abgedeckt bei Raumtemperatur etwa 4 Stunden zur Gare stellen, bis sich das Volumen des Teiges deutlich vergrößert hat.

● Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und zu einem runden Laib formen. Mit Schluss nach unten in ein bemehltes Gärkörbchen geben und bei Raumtemperatur 90 Minuten gehen lassen.

● Rechtzeitig den Ofen mit einem gusseisernen Topf auf 240°C vorheizen.

● Den Teigling vorsichtig in den vorgeheizten Topf stürzen und in den Ofen geben. Die Temperatur sofort auf 230°C reduzieren. 45 Minuten backen. Für eine knackigere Kruste den Deckel 10 Minuten vor Ende der Backzeit abnehmen. ■

Rezept & Bilder: Debora Gaedtke

Zeitraster

20.00 Uhr
Sauerteig ansetzen

Nächster Tag
10.00 Uhr
Hauptteig ansetzen

14.30 Uhr
Brot formen

15.30 Uhr
Ofen und Topf
vorheizen

16.00 Uhr
Backen

16.45 Uhr
Brot fertig

Besseres **Wasser-Management**
in Brot und Brötchen

Natürliche Hilfe

Der Weg zum Erfolg führt oft übers Scheitern. Das ging Falko Hellmich nicht anders. Bei einem Kunden wurde er „mit Schimpf und Schande vom Hof gejagt“, wie er selbst sagt. Weil er nicht lieferte, was versprochen war. Der Misserfolg wurmte ihn. Am Ende löste er das Problem, an dem er scheiterte, mit einer revolutionären Idee. Sein Produkt macht Teige besser handhabbar, Brote schöner und saftiger. Mit ganz natürlichen Rohstoffen. Die sind zunehmend auch fürs heimische Backen verfügbar.

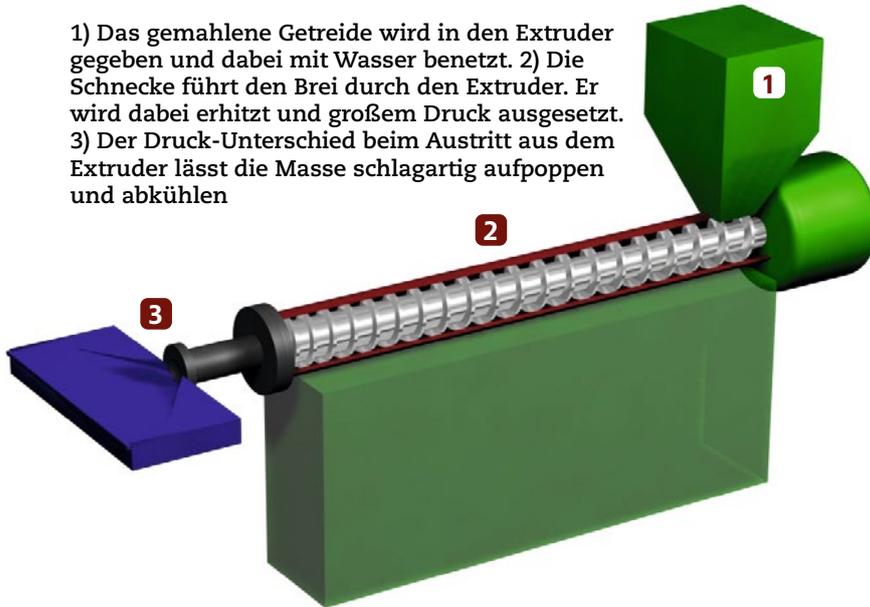
Text: Sebastian
Marquardt

Im Grunde kam Falko Hellmich mit Mehl in den Adern zur Welt. Sein Vater war schon Bäcker, arbeitete selbst aber nicht mehr in dem Beruf, als der Sohn geboren wurde. Als Backmittel-Vertreter war er in der Szene der Profi-Bäckerei bekannt als Brötchen-Papst. Denn er verkaufte die chemischen Zutaten,

die für leichte luftige Brötchen sorgen, die heute allenthalben für normal gehalten werden, ohne Tricks aus dem Labor aber nicht herzustellen sind.

Es war die Zeit, als Backmittel Einzug in deutsche Backstuben hielten. Im Nachkriegs-

1) Das gemahlene Getreide wird in den Extruder gegeben und dabei mit Wasser benetzt. 2) Die Schnecke führt den Brei durch den Extruder. Er wird dabei erhitzt und großem Druck ausgesetzt. 3) Der Druck-Unterschied beim Austritt aus dem Extruder lässt die Masse schlagartig aufpoppen und abkühlen



Extruder werden seit mehr als hundert Jahren in der Lebensmittel-Produktion eingesetzt. Die Idee der Back-Granulate ist erst zehn Jahre alt

Deutschland ging es darum, die Menschen satt zu bekommen. Und das bei möglichst hoher Produktionssicherheit. Es war das Bestreben, den Bäckerinnen und Bäckern das Leben leichter zu machen. Man ahnte damals nicht, welche Blüten das mal treiben würde. Papa Hellmich verkaufte die Backmittel für den Chemie-Konzern Boehringer. So erfolgreich, dass man ihn fast überall kannte.

Auf den Spuren des Vaters

Sein Sohn trat in diese großen Fußstapfen, absolvierte die Bäckerlehre, machte seinen „Meister“, studierte Lebensmittel-Technologie und auch noch Betriebswirtschaftslehre. Elf Jahre fuhr er für Boehringer durch die Lande, verkaufte chemische Helferchen, bis er von einem Headhunter abgeworben wurde. Es ging zu einem Mühlenkonzern. Auch hier spielte Chemie zunehmend eine Rolle.

2011 war Schluss. Da beschloss Falko Hellmich, nur noch zu machen, „was ich für richtig halte.“ Und da gehörte Chemie nicht zu. Er wollte saubere Backwaren aus natürlichen Rohstoffen. Eine eigene Bäckerei

war nicht sein Ziel. Vielmehr wollte er anderen helfen, mit der Natur zu backen.

Das Desaster zum Start

Sein erster Auftrag geriet gleich zum Desaster. „Ich hatte einer Bäckerei versprochen, eine Brötchen-Rezeptur zu entwickeln, die ohne Backmittel auskommt.“ Die Bedingung des Inhabers: Es dürfe kein Kochstück enthalten. So ein Kochstück, bei dem Mehl mit Wasser heiß aufgekocht wird, um mehr Wasser zu binden, war eigentlich wichtig für den Teig.

Aber im Maßstab einer Bäckerei ist so ein Kochstück eine heikle Angelegenheit. Entweder man kocht die Masse klassisch oder investiert in Maschinen, die das können. So oder so sind Personal- und Reinigungsaufwand hoch. Daher verzichteten Unternehmen oft lieber auf solche Pirouetten, auch wenn sie Teige auf ganz natürliche Weise aufwerten. Stattdessen kommt dann eben Chemie ins Gebäck.

Hellmich versuchte, natürlich zu tricksen, rührte Hartweizenmehl mit maximal heißem Wasser an, ohne es zu kochen und hoffte, den Teig so auszutricksen. Äußerlich sahen die Brötchen auch klasse aus. Beim Aufschneiden aber zeigte sich die Katastrophe. Alle hatten ein großes Loch in der Krume. „Man hat mich“, erinnert sich Falko Hellmich, „mit Schimpf und Schande vom Hof gejagt.“

So hatte sich der Jungunternehmer den Start in die Selbstständigkeit nicht vorgestellt. Schlechter hätte der Einstieg kaum aussehen können. Hellmich spürte, dass er gerade auf einem Holzweg war und eine wirklich gute Idee brauchte.



Kochstücke haben im Teig eine ähnliche Wirkung wie das Granulat, sind aber aufwendiger in der Herstellung



Weiche Teige werden durch Zugabe von Granulat fester und lassen sich besser handhaben. Das Brot wird unverändert saftig



Nach einem misslungenen Backversuch kam Falko Hellmich die Idee der Extrudate

Zurück im heimischen Peine erinnerte er sich an sein Studium. Ein Thema darin war eine Technologie, die in der Backwelt bislang niemand nutzte – die Extrusion. Dabei wird ein pulverförmiger Rohstoff gemeinsam mit Wasser in eine Maschine, den Extruder, gegeben. In dessen Innerem befördert eine Schnecke den Brei in Richtung Ausgang. Dabei wird die Masse erhitzt und unter Druck gesetzt.

Am Ende der Maschine gibt es einen Ausgang, an dem man mithilfe von Matrizen festlegt, in welcher Form die Masse aus der Maschine kommt. Das Besondere: Im Inneren herrscht Überdruck. Gelangt die Masse nun aus der Maschine, führt der Druckunterschied dazu, dass sie schlagartig aufpoppt und abkühlt. So werden zum Beispiel Erdnussflips hergestellt.



Das Granulat gibt Brot und Brötchen eine höhere Ausbund-Sicherheit



Seit 1843 unsere Familientradition – Qualität, Regionalität und Nachhaltigkeit.

Mehr entdecken unter www.mehlzauber.de/rezepte



www.gq-bayern.de



Erhältlich im
Lebensmitteleinzelhandel
und im Onlineshop:
www.mehlzauber.de



www.topmarke.de



MEHLZAUBER – mein Mehl aus Bayern.



In weniger als 10 Minuten bindet das Granulat das Fünffache seines Eigengewichts an Wasser



Ausschließlich pure Rohstoffe bilden die Grundlage für das Granulat

BROTGRANULAT



Granulate tauchen seit kurzer Zeit in einigen Online-Shops auf. Die Qualität und Wasseraufnahme sind dabei sehr durchwachsen. Die **BROT**Redaktion hat verschiedene Rohstoffe getestet und die besten Granulate in eine eigene Produktlinie aufgenommen. Diese Sorten sind im **BROT**Laden jeweils als 500-Gramm-Packung verfügbar:

BROTGranulat Buchweizen – 6,90 Euro

BROTGranulat Dinkel – 6,30 Euro

BROTGranulat Hartweizen – 5,90 Euro

BROTGranulat Kartoffel – 6,70 Euro

BROTGranulat Roggenvollkorn – 5,70 Euro

Dosierung:

Bis zu 5% der Mehlmenge kann durch Granulat ersetzt werden. Weiche Teige erhalten dadurch mehr Stabilität. Die Wasseraufnahme des Teiges lässt sich so jedoch auch um etwa 3-6% erhöhen.

Verwendung:

Das Granulat im Verhältnis 1:5 mit Wasser mischen, etwa 10 Minuten quellen lassen. Das Quellstück mit den anderen Zutaten zum Hauptteig geben. Die Wassertemperatur ist frei wählbar, die Wassermenge des Quellstücks muss im Hauptteig entsprechend reduziert werden. Bei Knetzeiten von deutlich mehr als 10 Minuten können Granulat und Wasser ohne Vorverquellung zum Hauptteig gegeben werden. Auch als Topping von Brot und Brötchen geeignet.

Das **BROT**Granulat Kartoffel eignet sich überdies zum Andicken von Soßen.

Bezug

 brot-magazin.de/einkaufen

Die brillante Idee

Das war die Technologie, auf die Hellmich sich besann. Sein Kalkül: Man gibt in die Maschine Mehl und Wasser, es entsteht im Inneren unter Überdruck ein Kochstück, das die Maschine in aufgepoppten Flips verlässt. Werden diese getrocknet und gemahlen, entsteht ein Granulat, das durch diese Behandlung etwa das Fünffache seines Eigengewichtes an Wasser binden kann.

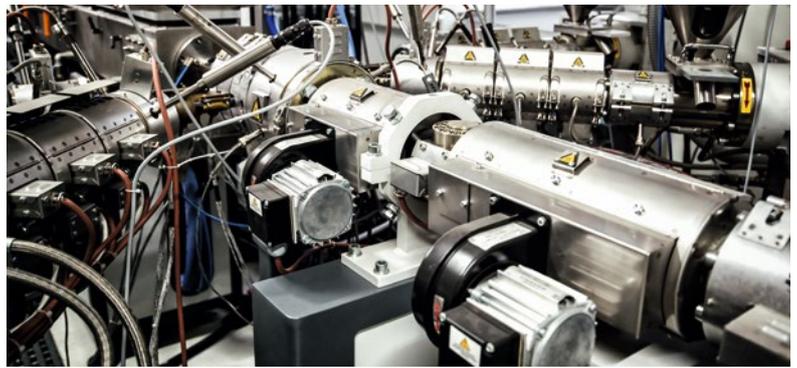
Und genauso funktionierte es. Damit erfüllte sein Granulat dieselbe Aufgabe wie ein Kochstück. Das allerdings mit etlichen Vorteilen. Statt es aufzukochen, muss das Granulat lediglich mit Wasser verrührt werden, dessen Temperatur dabei völlig egal ist. Eiskalt funktioniert es genauso wie warm. Und das blitzschnell. Binnen 10 Minuten hat das Granulat die Flüssigkeit vollständig aufgesaugt.

Und das ohne Verlust. Denn eher zufällig entdeckten die Hellmich-Leute beim Experimentieren, dass so ein Kochstück während des Kochens und vor allem in der Abkühlphase 25 bis 30 Prozent des Volumens verliert – es verdunstet. Das führt zu Ungenauigkeiten bei der Brotherstellung.

Beim Granulat kann man auf die Vorverquellung sogar verzichten. Es lässt sich direkt zum Teig geben. Der Einsatz spart letztlich enorm Zeit und Aufwand. Von Reinigung gar nicht zu sprechen. Dabei essentiell für Hellmich: Es ist keine Chemie im Spiel. Sein Granulat ist ein natürlicher Rohstoff, nur mit Wasser, Hitze und Druck behandelt.



Erdnussflips sind wohl das bekannteste Lebensmittel, das per Extrusion hergestellt wird



Auch bei der Herstellung von Gummi- oder Plastik-Komponenten kommen Extruder zum Einsatz. Dafür wurden sie ursprünglich entwickelt

Er wusste, er hatte hier ein fantastisches Produkt für die Bäckereiwelt. Die ahnte davon allerdings nichts. „Ein halbes Jahr“, so Hellmich, „tat sich gar nichts.“ Dann kamen die ersten Kundinnen und Kunden, setzten sein Hartweizen-Granulat ein, waren begeistert und die Idee nahm Fahrt auf.

Fünf Jahre später konnte das Unternehmen so einen eigenen Extruder anschaffen und war nicht mehr darauf angewiesen, bei Dienstleistern produzieren zu lassen. Es dauerte gleichwohl noch drei weitere Jahre, bis Hellmich wirklich zufrieden mit dem Produkt war.

Acht Jahre bis zum Ziel

Insgesamt acht Jahre lang experimentierte er. Das Verfahren musste angepasst und verfeinert werden. „2019 kamen wir an den Punkt, an dem unser Know-how sehr gut war. Aber das Lernen ist längst nicht abgeschlossen“, so der Unternehmer. Er ist Getriebener, will seine Produkte immer besser machen und noch viel mehr Bäckereien überzeugen.

Und gute Argumente hat er. Gibt man Granulat zum Teig, wird er fester und stabiler. Das hilft gerade bei weichen Teigen, deren Verarbeitung manchmal eine Herausforderung ist. Die höhere Festigkeit geht dabei nicht zulasten der späteren Saftigkeit. Dabei genügt es, 5 Prozent der Mehlmenge durch Granulat zu ersetzen. Bei dieser Zugabe lässt sich, wenn man das möchte, auch die Wassermenge im Teig um 3 bis 6 Prozent erhöhen. Das klingt nicht nach viel, macht in Sachen Saftigkeit der Krume und Frischhaltung des Brotes aber durchaus einen nennenswerten Unterschied.

VORTEILE DES GRANULATS

- Höhere Wasseraufnahme des Gebäcks (plus 3-6%)
- Bessere Stabilität bei weichen Teigen
- Feinere Krume
- Höhere Ausbund-Sicherheit
- Mehr Volumen im Gebäck
- Als Topping geeignet

Konkret kann man in einem klassischen Rezept mit 600 Gramm Mehl 30 Gramm davon durch Granulat ersetzen. Damit lässt sich die Wassermenge um etwa 30 Gramm erhöhen. Der Teig wird fester, besser formbar, das Brot nach dem Backen aber dennoch saftiger.

Das Granulat erhöht zudem die Ausbund-Sicherheit. Der Ausbund ist der wild oder gezielt aufgerissene Bereich der Gebäckkruste. Das Aufreißen wird also berechenbarer. Die Krume wiederum zeigt eine feinere

und fluffigere Struktur. Mit mehr Wasser steigert man wiederum die Haltbarkeit des Gebäcks, das sich zudem auch noch mit dem Granulat als Topping geschmacklich wie optisch aufwerten lässt. Und all das ohne den Einsatz von Chemie sowie ohne den Aufwand eines Kochstücks.

Es war letztlich der Misserfolg, der Falko Hellmich auf die geniale Idee brachte, eine vorhandene Technologie für die Backwelt zu erschließen. Er stürzte sich in das Thema und tüftelte jahrelang nahezu besessen am perfekten Granulat. Erste Nachahmer gibt es längst. Aber niemand erreicht dieselbe Produktqualität. Dafür braucht es Leidenschaft, Geduld und manchmal ein Scheitern. 🍞

Auch die Krume profitiert oft vom Granulat – sie wird feiner



Gutes Weizenmehl, Sauerteig und jede Menge Zeit – viel mehr braucht es nicht für ein schmackhaftes wie bekömmliches Brot, dessen luftige Krume den Gaumen mit herrlichem Aroma kitzelt. Tara ist eine Reminiszenz an das fluffige Tartine, für das oft besonders kleberstarke Mehle zum Einsatz kommen. Die braucht es hier nicht. Das neue **BROTGranulat** (siehe Seite 27) hilft bei Volumen und Saftigkeit, aber auch ohne wird es ein exzellenter Laib.

Sauerteig

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

Die Zutaten gründlich mischen und abgedeckt 8-16 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen.

Quellstück

- ▶ 150 g Wasser (eiskalt)
- ▶ 30 g BROTGranulat Hartweizen (alternativ BROTGranulat Dinkell)

Die Zutaten gründlich mischen und mindestens 10 Minuten quellen lassen.

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
 - ▶ Quellstück
 - ▶ 120 g Wasser (eiskalt)
 - ▶ 370 g Weizenmehl 550
- Spätere Zugabe
- ▶ 12 g Salz

Die Zutaten, außer das Salz, 10 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann 8 Minuten auf schnellerer Stufe kneten.

Das Salz hinzugeben und noch einmal 4 Minuten auf schnellerer Stufe kneten.

Den Teig 60 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen.

Den Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben, langwirken und in ein gut bemehltes Gärkorbchen geben. Darin abgedeckt 60 Minuten bei Raumtemperatur und weitere 18-24 Stunden im Kühlschrank gehen lassen.

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

Den Teigling direkt aus dem Kühlschrank sanft aus dem Gärkorbchen stürzen, einschneiden und mit Schwaden in den Ofen geben. Die Temperatur sofort auf 230°C senken und 45 Minuten backen. ■

Rezept: Sebastian Marquardt
Bilder: Jan Schnare

 @brotmagazin

 /brotmagazin



Der Vergleich zeigt: Das **BROTGranulat** gibt dem Brot (links) mehr Volumen, es wird durch eine höhere Wasserzugabe auch saftiger und länger haltbar.



Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	weich, bindig
Zeit gesamt:	30-44 Stunden
Zeit am Backtag:	1,5 Stunden
Backzeit:	45 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	230°C sofort
Schwaden:	beim Einschließen



Tipp
Ohne BROTGranulat entfällt das Quellstück und es werden 240 g Wasser (eiskalt) direkt zum Hauptteig gegeben. Nach Zugabe von Salz wird dann nur noch 2 Minuten schnell geknetet.

Tama



Zeitnaster

8.00 Uhr
Sauerteig
ansetzen

17.45 Uhr
Quellstück
ansetzen

18.00 Uhr
Hauptteig
ansetzen

19.30 Uhr
Brot formen

20.30 Uhr
Teigling in den
Kühlschrank

Nächster Tag
19.00 Uhr
Ofen
vorheizen

19.30
Backen

20.15
Brot fertig

Champ Anja



Zeitraster

22.00 Uhr
Sauerteig ansetzen
Brühstück ansetzen

Nächster Tag

8.00 Uhr
Hauptteig ansetzen

12.20 Uhr
Teig formen

12.50 Uhr
Ofen vorheizen

13.20 Uhr
Backen

14.10 Uhr
Brot fertig

Rezept: Edda Klepp

Bild: Jan Schnare

 @brotmagazin

 /brotmagazin

Das feine Aroma des Champagnerroggens trifft hier auf nussige Noten von Dinkel. Seine derbe Kruste erinnert an eine kantige Berglandschaft. Das kräftige Mischbrot sättigt und passt hervorragend zu herzhaftem Käse oder zu Wurst. Es hält lange frisch und eignet sich daher perfekt für eine Brotzeit unterwegs.

🕒 Die Zutaten auf langsamer Stufe 10 Minuten verkneten. Abgedeckt bei Raumtemperatur 4 Stunden gehen lassen.

🕒 Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche rundwirken und mit Schluss nach unten in ein bemehltes Gärkorbchen geben. 60 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.

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

🕒 Den Teigling vorsichtig aus dem Gärkorbchen stürzen, unter Schwaden in den Ofen geben und 10 Minuten backen. Die Temperatur auf 230°C reduzieren und weitere 40 Minuten backen. 🍴

Sauerteig

▶ 250 g Wasser (lauwarm)

▶ 175 g Roggenmehl 1150

▶ 30 g Anstellgut

Die Zutaten gründlich miteinander vermischen und zirka 6-12 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen.

Brühstück

▶ 150 g Wasser (heiß)

▶ 40 g Altbrot (gemahlen)

▶ 15 g Salz

Die Zutaten miteinander vermischen. Mindestens 4 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur quellen und 4-12 Stunden abkühlen lassen.

Hauptteig

▶ Sauerteig

▶ Brühstück

▶ 200 g Wasser (warm)

▶ 340 g Champagnerroggenmehl Vollkorn (alternativ Roggenmehl Vollkorn)

▶ 200 g Dinkelmehl 1050

▶ 3 g Brotgewürz (optional)

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆☆

Getreide: Roggen, Dinkel, Champagnerroggen

Triebmittel: Sauerteig

Teigkonsistenz: fest, klebrig

Zeit gesamt: 16,5-24,5 Stunden

Zeit am Backtag: 6,5 Stunden

Backzeit: 50 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 230°C, nach 10 Minuten

Schwaden: nein

Roggen und Dinkel sind per se schon eine wunderbare Kombination sich ergänzender Aromen. Wenn dann auch noch Hafer mit seiner nussigen Note dazukommt, wird es perfekt lecker. Etwas Butter – oder auch etwas mehr – und eine Scheibe Käse veredeln dieses Vollkornbrot. Es ist mit seinen drei Komponenten per Definition zugleich ein Dreikornbrot. Und das wurde ja vom Deutschen Brotinstitut zum Brot des Jahres erkoren.

Sauerteig

- ▶ 300 g Wasser (warm)
- ▶ 300 g Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 15 g Anstellgut
- ▶ 5 g Salz

Die Zutaten gründlich vermischen und abgedeckt bei Raumtemperatur 12-20 Stunden gehen lassen.

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 375 g Wasser (warm)
- ▶ 300 g Dinkelmehl Vollkorn
- ▶ 150 g Hafermehl
(alternativ Reismehl)
- ▶ 10 g Salz

☉ Die Zutaten von Hand gründlich vermischen (oder in der Knetmaschine 10 Minuten auf langsamer Stufe) und abgedeckt 30 Minuten quellen lassen.

☉ Den Teig in eine gefettete Kastenform (zirka 30 cm) geben und 2-4 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen, bis sich der Teig deutlich vergrößert hat und fast komplett die Form ausfüllt.

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

☉ Das Brot in den Ofen geben, die Temperatur auf 180°C senken und 60 Minuten backen. 🍴



NO KNEAD-REZEPT
kein Kneten erforderlich



Zeitstraster

22.00 Uhr
Sauerteig ansetzen

Nächster Tag

17.00 Uhr
Hauptteig ansetzen

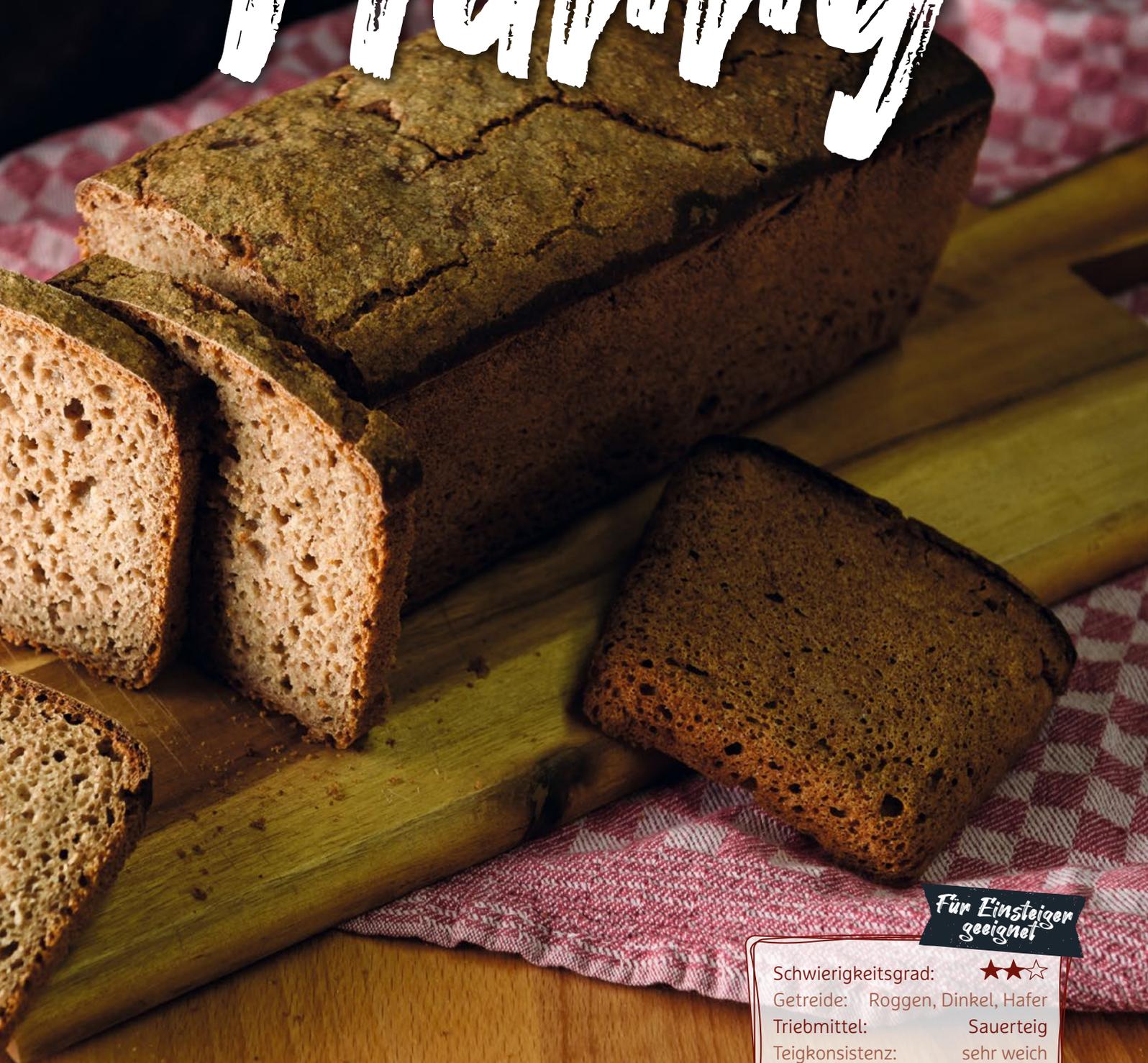
17.40 Uhr
Teig in die
Form geben

19.30 Uhr
Ofen vorheizen

20.00
Backen

21.00
Brot fertig

Hammy



*Für Einsteiger
geeignet*

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Roggen, Dinkel, Hafer
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	sehr weich
Zeit gesamt:	16-26 Stunden
Zeit am Backtag:	3,5-5,5 Stunden
Backzeit:	60 Minuten
Starttemperatur:	200°C
Backtemperatur:	180°C sofort
Schwaden:	nein

Rezept: Sebastian Marquardt
Bild: Jan Schnare

 @brotmagazin

 /brotmagazin



Boxxi



Zeitraster

14.00 Uhr
Quellstück ansetzen

22.00 Uhr
Vorteig ansetzen

Nächster Tag
14.00 Uhr
Hauptteig ansetzen

16.30 Uhr
Brot formen

17.00 Uhr
Ofen vorheizen

17.30
Backen

18.20
Brot fertig

In Käse sieht und schmeckt man die Samen des Bockshornklees zuweilen. Daneben führt der Schmetterlingsblütler eher ein Schattendasein. Lediglich in Tirol kommt er gelegentlich als Brotzutat daher. Dabei entfaltet er ein unglaublich intensives Aroma, das an eine wärmende Suppe erinnert. Da muss man die positiven gesundheitlichen Aspekte, die ihm nachgesagt werden, gar nicht erwähnen. Der Gaumen tropft auch so.

☉ Die Zutaten – mit Ausnahme des Quellstücks – 10 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann 8 Minuten auf schnellerer Stufe kneten.

☉ Das Quellstück zum Teig geben und 2 Minuten auf langsamer Stufe unterkneten.

☉ Den Teig 120 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen. In dieser Zeit zwei- bis dreimal dehnen und falten.

☉ Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche langwirken und mit Schluss nach oben 60 Minuten im bemehlten Gärkorbchen gehen lassen.

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

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

Quellstück

- ▶ 500 g Wasser (kalt)
- ▶ 200 g Bockshornkleesamen

Die Samen mit dem Wasser übergießen, mischen und 18-24 Stunden im Kühlschrank quellen lassen. Das Wasser vor der Weiterverarbeitung absieben.



Vorteig (Poolish)

- ▶ 200 g Wasser (kalt)
- ▶ 200 g Roggenmehl 1150
- ▶ 0,1 g Frischhefe

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

Hauptteig

- ▶ Vorteig
 - ▶ 230 g Haferdrink (alternativ Milch)
 - ▶ 400 g Weizenmehl 1050
 - ▶ 20 g Honig
 - ▶ 12 g Salz
 - ▶ 6 g Frischhefe
- Spätere Zugabe
- ▶ Quellstück

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆☆
Getreide: Weizen, Roggen
Triebmittel: Hefe
Teigkonsistenz: weich, bindig
Zeit gesamt: 23-28,5 Stunden
Zeit am Backtag: 4,5 Stunden
Backzeit: 50 Minuten
Starttemperatur: 250°C
Backtemperatur: 220°C sofort
Schwaden: beim Einschließen

Tipp

0,1 g Frischhefe entspricht der Größe eines Reiskorns.

Rezept: Sebastian Marquardt
Bild: Jan Schnare

@brotmagazin

/brotmagazin

Rosmarin und Kartoffel – ein erprobtes Duo, an das Gaumen bereits gewöhnt sind. Warum die beiden also nicht in einem Brot zusammenbringen? So wird das Gebäck schon pur zum Genuss. Mit Käse oder herzhafter Salami lässt es sich noch veredeln.

Rezept: Sebastian Marquardt

Bild: Jan Schnare

 @brotmagazin

 /brotmagazin

Kartoffelstück

- ▶ 200 g Kartoffeln (roh, geschält, gewürfelt)
- ▶ 15 g Speiseöl
- ▶ 4 g Rosmarin (frisch, gehackt)

Die Kartoffeln mit dem Rosmarin und Öl mischen und abgedeckt im Kühlschrank 10-24 Stunden ziehen lassen

Sauerteig

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

Die Zutaten gründlich mischen und abgedeckt 8-16 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen.

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 230 g Wasser (kalt)
- ▶ 280 g Weizenmehl 550
- ▶ 120 g Weizenmehl 1050
- ▶ 12 g Salz

Spätere Zugabe

- ▶ Kartoffelstück



☉ Die Zutaten – mit Ausnahme des Kartoffelstücks – 8 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann 8 Minuten auf schnellerer Stufe kneten.

☉ Die Kartoffeln dazugeben und 2 Minuten auf langsamer Stufe unterkneten.

☉ Den Teig dehnen und falten und 120 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen. Dabei nach 30 und 60 Minuten jeweils dehnen und falten.

☉ Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche rundwirken und mit Schluss nach unten in einem bemehlten Gärkorbchen für 60 Minuten bei Raumtemperatur zur Gare stellen.

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

☉ Den Teigling sanft aus dem Gärkorb stürzen, in den Ofen geben und die Temperatur auf 230°C senken. Nach 1-2 Minuten kräftig schwaden. Insgesamt 45 Minuten backen. ■



Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen, Roggen
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	weich, bindig
Zeit gesamt:	15-28 Stunden
Zeit am Backtag:	4 Stunden
Backzeit:	45 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	230°C sofort
Schwaden:	nach 1-2 Minuten

Rosmarie



Zeitnaster

19.00 Uhr
Kartoffelstück
ansetzen

Nächster Tag
8.00 Uhr
Sauerteig
ansetzen

18.00 Uhr
Hauptteig
ansetzen

20.30 Uhr
Brot formen

21.00 Uhr
Ofen vorheizen

21.30 Uhr
Backen

22.15 Uhr
Brot fertig

Vinceninis

Rezept: Sebastian Marquardt
Bild: Jan Schnare

 @brotmagazin

 /brotmagazin



Zeitstrahl

18.00 Uhr
Teig ansetzen

20.00 Uhr
Teig in den
Kühlschrank geben

Übernächster Tag
8.00 Uhr
Ofen vorheizen

8.20 Uhr
Brötchen abstechen

8.30 Uhr
Backen

9.00 Uhr
Brötchen fertig



Im Medaillenspiegel der olympischen Spiele belegt Italien in diesem Jahr den zehnten Rang. Die zwei wichtigsten Wettbewerbe aber konnte die Mittelmeer-Nation für sich entscheiden – die Fußball-Europameisterschaft sowie den Eurovision Song Contest. Zeit für Sieges-Brötchen auf italienische Art.

- 🕒 Die Zutaten – mit Ausnahme von Salz und Öl – 10 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann 3 Minuten auf schnellerer Stufe Stufe kneten.
- 🕒 Salz und Öl hinzugeben, weitere 3 Minuten schnell kneten.
- 🕒 Den Teig bei Raumtemperatur abgedeckt 90 Minuten gehen lassen, dabei alle 30 Minuten kräftig dehnen und falten.
- 🕒 Den Teig dann abgedeckt für 24-36 Stunden in den Kühlschrank stellen.
- 🕒 Am Backtag den Ofen rechtzeitig auf 230°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- 🕒 Den Teig vorsichtig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, sanft zu einem Viereck ausziehen, sodass möglichst kein Gas aus dem Teig gedrückt wird.
- 🕒 Den Teig mit einer Teigkarte in 9 etwa gleich große Teiglinge à zirka 120 g teilen, die Teiglinge auf eine Dauerbackfolie (alternativ Backpapier) geben, einschneiden und direkt mit Schwaden in den Ofen geben. 20-24 Minuten backen. 🍳

Teig-Zutaten

- ▶ 420 g Wasser (kalt)
- ▶ 400 g Hartweizenmehl (alternativ Hartweizengrieß)
- ▶ 200 g Weizenmehl 550
- ▶ 3 g Frischhefe
- Spätere Zugabe
- ▶ 30 g Olivenöl
- ▶ 12 g Salz

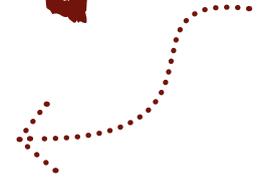
*Ergibt 9 Stück

Für Einsteiger
geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	Hartweizen, Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	fest
Zeit gesamt:	27-39 Stunden
Zeit am Backtag:	1 Stunde
Backzeit:	20-24 Minuten
Starttemperatur:	230°C
Backtemperatur:	230°C
Schwaden:	beim Einschließen

LeserBROT

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



Das BuDiDei aus **BROT** 04/2021 habe ich wie beschrieben gebacken. Da es nach 50 Minuten unten noch sehr weich war, habe ich es weitere 10 Minuten gebacken. Das Ergebnis kann sich sehen lassen. Das Brot ist hervorragend gelungen und schmeckt besonders gut



mit Apfelkraut. Aus **BROT** 04/2021 habe ich auch noch das Brot Drei Freunde nachgebacken. Hier habe ich 4 Gramm Hefe verarbeitet und dem Brot vier Stunden Ruhezeit gegönnt. Dabei habe ich es mehrfach gedehnt und gefaltet. Der Teig blieb eine Stunde im Gärkorb und wurde bei 200°C 50 Minuten im gusseisernen Topf gebacken. Wasser habe ich lediglich 400 Gramm genommen, dafür aber 30 Gramm Essig. Da ich noch Ruchmehl übrig hatte, habe ich nur 150 Gramm Weizen genommen und 100 Gramm Ruchmehl. Herausgekommen ist ein sehr schön duftendes, leckeres Brot. Ein herzhafter Belag wie Zwiebelschmalz passt gut dazu. Wenn ich es nochmals backe, würde ich den Kümmelanteil deutlich erhöhen.



Karl Oppenkamp

Die Frische Sina aus der letzten Ausgabe ist mit der Buttermilch und dem Orangensaft ein schönes Sommerbrot. Die Minze habe ich allerdings weggelassen. Der Teig stand bei mir über Nacht in der kühlen Küche. Das Ergebnis ist toll geworden.

Martina Saalwächter



Ich habe die Frische Sina aus **BROT** 05/2021 gebacken und mich dabei auch gleich am Scoring versucht. Ein leckeres Brot und ein hübsches Muster sind dabei herausgekommen.

Anna Kut



Die Laugen-Brezeln aus **BROT** 01/2021 gehören ebenso zu meinen Favoriten wie die Watruschki aus der Ausgabe 03/2021. Beide backe ich regelmäßig. Aus dem Sonderheft Backen mit dem Thermomix habe ich außerdem den Speed-Mix nachgebacken. Das Brot ist sehr gut geworden.

Nicole Sprenger





Einsame Spitze ist die Zweisame Spitze aus **BROT 04/2021** geworden. Beim Quellstück musste ich ein bisschen improvisieren, da ich nur noch 60 Gramm Joghurt hatte. Ergänzt habe ich mit einem Rest Buttermilch und Magerquark. Der Teig kam dann zur Gare über Nacht in den Kühlschrank. Am Morgen entschied ich spontan, aus der einen Hälfte lieber Brötchen zu formen. Es hat sich gelohnt, die Brötchen sind total knusprig und fluffig geworden.

Anja Leue
.....



Mein Favorit, wenn ich mal wieder vergessen habe zu backen und auch die Tiefkühltruhe kein Brot mehr hergibt: Flotte Charlotte aus **BROT 02/2021**. Ich wandle sie allerdings gern ab: mit Kümmel und Honig. Das Ergebnis schmeckt immer wieder sensationell.

Markus Scholz

Das Pagnotta Paolo aus der letzten Ausgabe ist ein tolles No-Knead-Brot. Es begeistert nicht nur mit einer wunderschönen Farbe, sondern auch mit einem tollen Aromenspiel nach der langen Gare.

Christine Denzel



Den Beerenzopf aus **BROT 05/2021** habe ich mit Cranberries und Rosinen nachgebacken. Die Stockgare musste ich um eine Stunde verlängern, aber sonst hat alles wunderbar geklappt. Der Zopf ist gut gelungen.

Bea Heilig



Ich habe das Frühsommer'21 aus der letzten Ausgabe nun schon mehrfach nachgebacken. Es ist so lecker, dass es sofort zu unserem neuen Alltagsbrot aufgestiegen ist. Dieses Mal habe ich noch ein paar gehackte Walnüsse mit in den Teig gegeben. Auch geröstete Kürbiskerne passen gut.

Iris Däubler

Ich habe zwei Brote nachgebacken – links ist der Bierige Vesperzwiebling mit Schwarzbier aus der letzten Ausgabe. Rechts ist das Dinkelborner aus **BROT 04/2021**, gebacken mit Dinkelvollkornmehl. Beide Brote sind sehr gut geworden.

Annika Merker





Das Brot Frühsommer'21 aus **BROT 05/21** schmeckt uns hervorragend. Es hält lange frisch und ist super saftig. Ich benutze gern einen gusseisernen Topf zum Backen und gebe es nicht in ein Gärkorbchen, sondern lasse den Teig 60 Minuten zur Gare im Topf.

Susanne Fischer

Das Schnelle Kaffeebrot aus **BROT 05/2021** habe ich direkt nochmal gebacken, weil es so gut geworden ist. Wie beim ersten Mal habe ich die 1,5-fache Menge genommen und mit Dinkelmehl und Kleie gearbeitet. Die Nüsse wurden nur kurz gewässert und der Teig um einige kleingeschnittene Softdatein ergänzt, die ich übrig hatte und passend fand.

Sybille Gruß



Das Rezept für die Easy-Peasies aus **BROT 02/2021** ist einfach toll. Meine Familie ist jedes Mal aufs Neue begeistert, wenn ich die Brötchen backe.

Doris Renninger

Die Rosinen-Quark-Brötchen aus der letzten Ausgabe haben mich direkt angesprochen, sodass ich sie einfach nachbacken musste. Und es hat sich gelohnt, sie sind sehr lecker geworden. Die ersten zwei Brötchen wurden noch warm gegessen – ein Gedicht. Für den letzten Vereinsstammtisch habe ich das Pane Sera aus **BROT 03/2021** mit Holunderblüten gebacken. Als die Holunderblüten blühten, habe ich einige Dolden abgeschnitten und schonend getrocknet. Vor dem Kneten habe ich die Blüten von den Dolden gezupft und zum Hauptteig dazu gegeben. Das Ergebnis war ein tolles, fluffiges Brot mit dezentem Holunderblütenduft beim Anschneiden und einem feinen Geschmack. Nächstes Jahr, wenn der Holunder blüht, gibt es das wieder.

Ina Hoyer



Trotz meines etwas chaotischen Zeitmanagements habe ich das Dunkle Sonnenblumenbrot aus der letzten Ausgabe gebacken. Das Backen hat Spaß gemacht und das Ergebnis ist zumindest optisch ein Hingucker.

Iris Werner





Wilma



Rhöner Bauernkruste



Norddeutsches Landbrot

Ich backe erst seit vier Monaten Brot. Wilma aus der letzten Ausgabe **BROT** war mein erster Versuch mit Rezepten aus den Magazinen. Ich finde, dafür ist es mir gut gelungen. Das Brot hat eine tolle, zart splittende Kruste. Die Krume ist wunderbar saftig, das Brot insgesamt sehr aromatisch. Und auch an die Rhöner Bauernkruste aus **BROT** 05/2020 habe ich mich gewagt. Das Rezept war einfach nachzubacken. Auch

dieses Brot ist wunderbar gelungen, nicht nur optisch. Die Krume ist dicht und saftig, es schmeckt aromatisch. Das Norddeutsche Landbrot aus **BROT** 04/2021 habe ich mit meinem ersten eigenen Anstellgut gebacken. Auch dieses Brot ist sehr knusprig geworden, mit einer saftigen Krume. Ich liebe es mittlerweile, im Topf zu backen.

Uwe Wäldchen



Ich habe das BuDiDei aus **BROT** 04/2021 nachgebacken. Allerdings musste ich es bereits nach 4,5 Stunden in den Backofen geben, sonst wäre es übergelaufen. Im Ofen war es 50 Minuten und anschließend nochmal 8 Minuten ohne Form. Das Brot ist sehr lecker und saftig geworden.

Stephanie Wilking



Ganz spontan habe ich das Baguette Spontanéité aus der letzten Ausgabe gebacken. Es ist sehr gut geworden, ein tolles Rezept.

Yvonne Hänsch



**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.

Anzeige

H'AUSSLER

Teigknetmaschinen für perfekten Teig



Zu Hause kneten wie die Profis. Lockere, glatte und geschmeidige Ergebnisse dank dem professionellen Spiralknetsystem, bei dem sich sowohl der Knethaken als auch der Teigkessel gleichzeitig drehen. Mit den robusten Kettenantrieben und den bärenstarken Motoren werden selbst feste und schwere Teige mühelos geknetet.

Kostenlos Katalog anfordern:
www.backdorf.de

88499 Heiligkreuztal · Tel. 0 73 71 / 93 77 - 0



Tipp

Alternativ zum Kastanienmehl kann auch ein Erdmandelmehl verwendet werden, da es ähnlich süß im Geschmack ist.



Sauerteig

- ▶ 260 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 310 g Dinkelmehl 630
- ▶ 50 g Anstellgut

Die Zutaten gründlich miteinander vermischen und abgedeckt bei Raumtemperatur 3 Stunden gehen lassen.

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 100 g Kastanienmehl
- ▶ 50 g Dinkelmehl Vollkorn
- ▶ 100 g Maronen (gekocht, grob zerkleinert)
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 1 g Frischhefe

Tipp

1 g Frischhefe entspricht etwa der Größe einer Kichererbse.

Kastanienbrot

Ebenso wie Kürbis sind Esskastanien ein willkommener Herbstbote in der heimischen Backstube. Neben verschiedenen süßen Gebäcken lässt sich mit gekochten Maronen auch ein schmackhaftes Brot zubereiten. Die leicht süßliche Note der Kastanien harmoniert bestens mit mildem Käse oder Konfitüre.

- Die Zutaten auf langsamer Stufe 15 Minuten verkneten. Abgedeckt bei Raumtemperatur 60 Minuten ruhen lassen. Nach 30 Minuten einmal dehnen und falten.
- Den Teig in eine leicht gefettete Kastenform (zirka 20 cm) geben und 60 Minuten zur Gare stellen.
- Rechtzeitig den Ofen auf 220°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Die Teigoberfläche einschneiden, die Kastenform unter Schwaden in den Ofen geben. Die Temperatur sofort auf 200°C reduzieren. 40-45 Minuten backen. 🍴

Rezept & Bilder:
Stefanie Isabella Wenzel

@lebkuchennest

/www.lebkuchennest.de

lebkuchennest.de



Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Dinkel
Triebmittel:	Sauerteig, Hefe
Teigkonsistenz:	weich
Zeit gesamt:	6,5 Stunden
Zeit am Backtag:	6,5 Stunden
Backzeit:	40-45 Minuten
Starttemperatur:	220°C
Backtemperatur:	200°C sofort
Schwaden:	beim Einschließen

Sauerteig

- ▶ 35 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 35 g Roggenmehl 1150
- ▶ 10 g Anstellgut

Die Zutaten gründlich miteinander vermischen und abgedeckt bei Raumtemperatur 3-5 Stunden gehen lassen.

Quellstück

- ▶ 50 g Wasser (kalt)
- ▶ 100 g Kürbiskerne (geröstet)

Die Kürbiskerne mit dem Wasser übergießen und 3-5 Stunden im Kühlschrank quellen lassen. Das überschüssige Wasser vor dem Backen abseihen.

Hauptteig*

- ▶ Sauerteig
- ▶ Quellstück
- ▶ 300 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 270 g Weizenmehl 550
- ▶ 200 g Roggenmehl 1150
- ▶ 10 g Frischhefe
- ▶ 10 g Salz

Zum Bestreuen

- ▶ 30 g Kürbiskerne (ganz oder gehackt)

*Ergibt 10 Stück



Für Einsteiger
geeignet

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆
Getreide: Roggen, Weizen
Triebmittel: Sauerteig, Hefe
Teigkonsistenz: mittelfest, leicht klebrig
Zeit gesamt: 4,5-6,5 Stunden
Zeit am Backtag: 4,5-6,5 Stunden
Backzeit: 27-30 Minuten
Starttemperatur: 240°C
Backtemperatur: 200°C nach 15 Minuten
Schwaden: beim Einschließen



Kürbiskern-Brötchen

Ob zum Frühstück oder zu einer herzhaften Brotzeit – diese kräftigen und kernigen Brötchen mit einem hohen Roggenmehl-Anteil und Sauerteig machen zu jeder Mahlzeit eine gute Figur. Die Kürbiskerne schmecken nicht nur und verleihen den Backwaren Biss, sie sind außerdem leckere sowie gesunde Energielieferanten.

- 🕒 Alle Zutaten auf langsamer Stufe 5 Minuten vermischen und dann auf schnellerer Stufe 5 Minuten auskneten. Abgedeckt bei Raumtemperatur etwa 30 Minuten ruhen lassen, bis sich das Volumen deutlich vergrößert hat.
- 🕒 Den Teig in 10 gleich große Teile à zirka 95 g teilen. Jeden Teigling durchkneten und zu einem runden Brötchen formen. Die Teiglinge 10 Minuten entspannen lassen.
- 🕒 Die Oberseite der Teiglinge mit Wasser besprühen, in die Kürbiskerne drücken, einschneiden und die Teiglinge dann mit Schluss nach unten auf ein Blech setzen. Leicht bemehlen und abgedeckt weitere 30 Minuten bei Raumtemperatur ruhen lassen.
- 🕒 Den Ofen auf 240°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- 🕒 Die Teiglinge unter Schwaden in den vorgeheizten Ofen geben und 15 Minuten anbacken. Die Temperatur auf 200°C reduzieren und weitere 12-15 Minuten fertig backen. 🍴

Rezept & Bilder: Tanja Schlund

📷 @schlundisworld

📘 /Schlundis.Blog

🌐 schlundis.com



Spinnenbrot

Vorteig

- ▶ 140 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 140 g Weizenmehl 550
- ▶ 1 g Frischhefe



Die Zutaten gründlich miteinander vermischen und abgedeckt bei Raumtemperatur 60 Minuten gehen lassen.

Tipp

1 g Frischhefe entspricht etwa der Größe einer Kichererbse.

Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ 280 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 560 g Weizenmehl 550
- ▶ 50 g Lievito Madre
- ▶ 40 g Rapskernöl (alternativ Sonnenblumenöl)
- ▶ 8 g Salz
- ▶ 3-4 g Honig

Topping

- ▶ 15 g Sesam (schwarz)

Tipp

Das Spinnenbrot kann auch noch zusätzlich mit anderen Mustern durch Kürbiskerne, schwarzen Kümmel oder andere Saaten dekoriert werden.

Rezept & Bild: Stefanie Isabella Wenzel

@lebkuchennest

/www.lebkuchennest.de

lebkuchennest.de

Mit dem Herbst stehen auch wieder spukige Feiertage ins Haus. Neben den klassischen Gruselfilmen und einem schaurig schönen Büfett darf natürlich auch ein selbstgebackenes Brot nicht fehlen. Dieses Spinnenbrot ist ein echter Hingucker auf der nächsten Halloweenparty.

- Die Zutaten auf langsamer Stufe 2 Minuten vermischen und dann auf schnellerer Stufe 15 Minuten verkneten.
- Den Teig in eine leicht geölte Schüssel geben und abgedeckt bei Raumtemperatur 90 Minuten gehen lassen.
- Den Teig in zwei Portionen à zirka 600 g halbieren. Eine der Hälften noch einmal in zwei Portionen à zirka 300 g teilen.
- Den großen und einen der beiden kleinen Teiglinge auf einer bemehlten Arbeitsfläche rundformen und mit einer Handbreite Abstand auf ein Blech mit Backpapier legen.
- Den verbliebenen Teigling in 4 gleich große Teigstücke à zirka 75 g portionieren und zu gleich langen Strängen von etwa 25-30 cm rollen.
- Die 4 Stränge zwischen dem kleinen und großen Teigling auf dem Blech als Spinnenbeine anordnen und die Enden in Form biegen.
- Die Spinnenbeine mit Wasser bepinseln und den Sesam darauf streuen. Abgedeckt bei Raumtemperatur 60 Minuten ruhen lassen.
- Rechtzeitig den Ofen auf 210°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Die beiden runden Teiglinge einschneiden – den großen kreuzförmig, den kleinen einmal senkrecht – und das Blech unter Schwaden in den Ofen geben. Die Temperatur sofort auf 190°C reduzieren. 40 Minuten goldbraun backen. ■

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe, Lievito Madre
Teigkonsistenz:	bindig
Zeit gesamt:	5 Stunden
Zeit am Backtag:	5 Stunden
Backzeit:	40 Minuten
Starttemperatur:	210°C
Backtemperatur:	190°C sofort
Schwaden:	beim Einschließen



NO KNEAD-REZEPT

kein Kneten erforderlich



Tipp

Grünkern sind halbreif geerntete Dinkelkörner. Häufig sind sie nur als volles Korn erhältlich, in einigen Drogerien oder Biomärkten kann man sie mahlen lassen.



Rezept & Bilder: Nadja Alessi

 @little_kitchen_and_more

Halloween- Fougasse



1) Der Teigling wird zu einem Durchmesser von 15 Zentimeter ausgerollt



2) Nun werden die beiden Augen ausgeschnitten



3) Aus den ausgeschnittenen Augen wird der Stiel geformt. Anschließend den Mund einschneiden und etwas auseinander ziehen

Für Halloween darf es gerne etwas Spezielles sein, so wie besonders geformte Fougasse. Die Gebäcke erinnern an ausgehöhlte und geschnittene Kürbisse. Ihre grüne Farbe erhalten sie vom gemahlten Grünkern-Schrot und einem geringen Anteil Kürbiskernöl. Jede einzelne Fougasse ist ein Unikat.

Alle Zutaten gründlich miteinander 5 Minuten von Hand vermischen. Den Teig abgedeckt bei Raumtemperatur 12-14 Stunden gehen lassen. Nach 120 Minuten einmal dehnen und falten.

Den Teig in 4 gleich große Teile à zirka 210 g teilen und diese jeweils rundformen. Abgedeckt bei Raumtemperatur 10 Minuten ruhen lassen.

Jeden Teigling flach drücken und kreisrund ausrollen, bis er einen Durchmesser von etwa 15 Zentimeter hat (Bild 1).

Mit einem Messer jeweils zwei Dreiecke als Augen ausschneiden (Bild 2).

Aus den ausgeschnittenen Dreiecken den Stiel formen und oben anfügen. Danach den Mund einschneiden und etwas auseinander ziehen (Bild 3). Die Teiglinge abgedeckt bei Raumtemperatur 30 Minuten gehen lassen.

In der Zwischenzeit den Ofen auf 240°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Teiglinge mit Mehl bestäuben, einritzen, sodass ein Kürbismuster entsteht (Bild 4), und in den Ofen geben. 20-22 Minuten backen. 🍪

Tipp Anstelle von Mehl kann man die Halloween-Fougasse kurz vor dem Backen mit Wasser bestreichen und mit 40 g Saaten oder grob gehackten Kürbiskernen bestreuen. Weiter einritzen muss man sie dann nicht.



4) Vor dem Backen die Teiglinge mit Mehl bestreuen und vorsichtig einritzen

Teig-Zutaten*

- ▶ 330 g Wasser (kalt)
- ▶ 400 g Weizenmehl 550
- ▶ 100 g Grünkern (gemahlen, alternativ Dinkelmehl Vollkorn)
- ▶ 15 g Kürbiskernöl
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 1 g Frischhefe



*Ergibt 4 Stück

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen, Dinkel
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	fest
Zeit gesamt:	13,5-15 Stunden
Zeit am Backtag:	1,5 Stunden
Backzeit:	20-22 Minuten
Starttemperatur:	240°C
Backtemperatur:	240°C
Schwaden:	nein



Zeitraster

20.00 Uhr
Teig ansetzen

Nächster Tag
9.00 Uhr
Teiglinge rundschleifen
und dann formen

9.30 Uhr
Ofen vorheizen

10.00 Uhr
Fougasse backen

10.30 Uhr
Fougasse fertig



Brühstück

- ▶ 100 g Wasser (kochend)
- ▶ 100 g Kürbiskerne

Die Kürbiskerne ohne Fett anrösten. In eine Schüssel geben und mit dem heißen Wasser übergießen. Abgedeckt bei Raumtemperatur etwa 3 Stunden quellen und auskühlen lassen.

Kochstück

- ▶ 50 g Wasser (kalt)
- ▶ 150 g Butternut-Kürbis (in Würfel geschnitten, alternativ anderer Speisekürbis)

Die Zutaten etwa 10 Minuten leicht köcheln lassen und dann grob zerstampfen. Abgedeckt bei Raumtemperatur etwa 3 Stunden auskühlen lassen.

Hauptteig

- ▶ Kochstück
 - ▶ 260 g Wasser (kalt)
 - ▶ 400 g Weizenmehl 550
 - ▶ 100 g Weizenmehl Vollkorn
 - ▶ 12 g Salz
 - ▶ 1 g Frischhefe
- Spätere Zugabe
▶ Brühstück



Rezept & Bilder: Nadja Alessi

@little_kitchen_and_more

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	weich
Zeit gesamt:	18 Stunden
Zeit am Backtag:	2 Stunden
Backzeit:	45-50 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	230°C nach 10 Minuten
Schwaden:	nein



Kürbisliebe

Tipp
Brühstück und Kochstück kann man auch schon am Morgen vorbereiten und bis zum Nachmittag abgedeckt bei Raumtemperatur stehen lassen. Bei Bio-Kürbissen kann die Schale mitverarbeitet werden, das bringt mehr Farbe und Aroma ins Brot.

Frischer Butternut-Kürbis, auch Birnen-Kürbis genannt, sowie leicht angeröstete Kürbiskerne geben diesem Brot seinen Namen. Der Kürbis sorgt für ein feines Aroma, die Kerne für Biss. So bleibt die Kürbisliebe lange frisch. Durch die Zugabe von etwas Weizenvollkornmehl und die wild aufgerissene Kruste erhält das Brot zusätzlich Charakter.

- Alle Zutaten – außer das Brühstück – 6 Minuten auf langsamer Stufe vermischen und anschließend auf schnellerer Stufe 3 Minuten verkneten.
- Das Brühstück in ein Sieb geben und die Flüssigkeit abgießen. Die Kürbiskerne mit kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen.
- Die Kürbiskerne zum Teig geben und auf langsamer Stufe 2 Minuten untermischen. Den Teig abgedeckt bei Raumtemperatur 12 Stunden gehen lassen. Nach 120 Minuten einmal dehnen und falten.
- Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und rundwirken. Mit Schluss nach unten in ein bemehltes Gärkorbchen geben und 60 Minuten gehen lassen.
- Den Ofen mit einem gusseisernen Topf auf 250°C vorheizen.
- Den Teigling vorsichtig in den vorgeheizten Topf stürzen und mit geschlossenem Deckel in den Ofen geben. 10 Minuten backen. Die Temperatur auf 230°C senken und weitere 20-25 Minuten backen. Den Deckel abnehmen und weitere 15 Minuten fertig backen.🍴



Zeitstrahl





Mühlen-finder

PLZ 20000

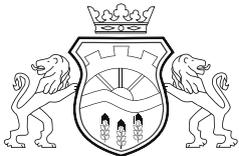
Mühle Erks

Backen Sie Ihr Brot
mit unseren
wertvollen Zutaten!

Bioland

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

PLZ 50000



Horbacher Mühle

Horbacher Mühle
Prod. u. Handels GmbH

Oberhorbacher Str. 25
53819 Neunkirchen-Seelscheid

Telefon: 02247 / 300 102

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



BIO MÜHLE EILING

Möhnstraße 98

59581 Warstein

shop@biomuehle-eiling.de

www.biomuehle-eiling.de

PLZ 60000



Aus Tradition geht

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

Zimmermann-Mühle



Gaimühle 1, 63928 Riedern
Tel.: 09378 99950

PLZ 70000



Stingel-Mühle
72336 Balingen



Versandkostenfrei ab 45 €

QUALITÄTSMEHLE
BACKMISCHUNGEN
BACKZUTATEN
& ZUBEHÖR

www.mehlkaufen.de

PLZ 80000

Heimatsmühle
SEIT 1808

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

• Bioladen

• In unserem Mühlenladen

• In unserem Onlineshop

Mehr unter spielberger.de

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



BLATTERT MÜHLE

Gesunde
Mühlenprodukte,
frisch aus dem
Schwarzwald!

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



Egerweg 30 - 86753 Möttingen
Tel.: 09083/208 - Fax: 920208

Online shoppen:
mailaender-muehle.de

Alle Mühlenprodukte auch in BIO
Besondere Spezialität
Gelbweizenmehl



PLZ 90000

Schustermühle
Seit 1825

- Mehl
- Getreide
- Backzutaten

Aus der
Region für
die Region

besuchen Sie unseren
Onlineshop

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



Backmischungen für Brot,
Kuchen und Gebäck
Verschiedene Mehle und Grieße
Müsli und Cerialien
Mühlenführungen auf Anfrage

Onlineshop:
www.winkler-muehle.de

Dorfstr. 1 • 91189 Gustenfelden

Tel.: 09122-83 18 55

Öffnungszeiten Mühlenladen und Hofcafé
Mo-Fr 08-18 Uhr • Sa 08-13 Uhr

Österreich

Langer Mühle Atzenbrugg

Mehle und alles rund ums Backen!



www.lamuehla.at
office@langermuehle.at

Telefon +43 2275 5273

Schubertstraße 15

3452 Atzenbrugg

Österreich



EXZELLENTER BIOQUALITÄT -
GUT FÜR'S BAUCHGEFÜHL!

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

Bequem online bestellen unter
www.rosenfellner.at

Bäckermeister Tans
Boutique für Brot

Kulinarische Krusten

Text & Bilder: Edda Klepp



Kompromisslos ehrliches Brot zu backen – diesem Leitgedanken hat sich Taner Karadagli verschrieben. Mit seiner „Brotboutique“ im Herzen von Mannheim machte sich der Bäckermeister binnen weniger Jahre einen Namen in der baden-württembergischen Universitätsstadt. Jedes Brotrezept ist eine Komposition aus ausgesuchten Zutaten, intensiven Fermentationsaromen und einem besonderen Erscheinungsbild.

Eine hochwertige, trendige, vor allem aber möglichst exklusive Mode-Auswahl erwarten die Herrschaften von Welt üblicherweise beim Besuch ihrer Lieblings-Boutique. Den Begriff, der für edle, kleine Bekleidungsgeschäfte steht, hat sich Taner Karadagli zu eigen gemacht. Bei ihm finden die Mannheimerinnen und Mannheimer jedoch keinen ausgesuchten Zwirn im Regal, keine eleganten Blusen aus Seidenstoff und auch keine Haute Couture nach Maß. Dafür bestes Brot.

In „Tans Brotboutique“ heißt es Langzeitführung statt Laufsteg. Die „Models“ im Laden sind nicht nur zum Anschauen gedacht, die Brote dürfen und sollen probiert werden. Gleichwohl setzt Karadagli seine Schätze vor dem Verkauf sorgsam ins rechte Licht. Wie wertvolle Unikate werden sie nach dem Auskühlen in der Auslage aufgereiht. Wo andere Bäckereien durch große Mengen punkten wollen, rückt Bäckermeister Tan das Handwerk in den Mittelpunkt. Indem er seine Backwaren wie kleine Kunstwerke inszeniert.

Erlesenes Sortiment

Da wäre zum Beispiel das Cranberry-Walnuss-Brot aus Weizen, gepaart mit Waldstaudenroggen-Vollkornmehl, dazu Salz, Wasser,

Cranberries, Walnüsse und ein Hauch Bio-Hefe. Oder der Kümmel-türk, der seinen Namen Taner Karadaglis türkischer Herkunft verdankt – eine Komposition aus Roggenmehl, Weizenmehl, Salz, Wasser sowie den Gewürzen Fenchel, Kümmel und Koriander.

Rustikal kommt der Roggenklassiker mit Waldstaudenroggen-Vollkorn-sauerteig daher, die Kruste aufgerissen und im Inneren das kräftige Aroma des besonderen Urgetreides. Fluffig-mediterran hingegen ist das Tomatenbrot mit getrockneten Tomaten, Sonnenblumenkernen, Mandeln sowie Kräutern der Provence. Außergewöhnlich das Risotto-Chiasamen-Parmesan, das seine Hauptzutaten im Namen trägt.

Der Liebe wegen kam der Mannheimer 2010 aus der Türkei nach Deutschland. Hier lernte er schnell die besondere Brotkultur kennen. Sie ließ ihn nicht mehr los. Lieber als über sich und seine Geschichte spricht er heute allerdings über seine Kreationen: „Ich habe alle meine Rezepte selbst entwickelt. Mir ist wichtig, dass sich jedes von der breiten Masse abhebt und eine eigene Form hat“, sagt Bäckermeister Tan, wie sich Taner Karadagli selbst nennt. Ehrgeiz und Präzision bestimmen sein Vorgehen: Bis ein Brot in den Verkauf kommt, probiert er stets verschiedene Rezeptvarianten aus. Und zwar so lange, bis aus seiner Sicht wirklich alles stimmt: Form, Farbe, Mundgefühl und natürlich der Geschmack.

Ein gutes Beispiel dafür geben Karadaglis Marktbaguettes. Sie gerieten zunächst recht kompakt. Statt zu Hartweizengrieß, seiner ersten Idee, griff der Bäcker daher schließlich zum Hartweizenmehl. Das verleiht dem Backwerk, mit dem sich Tan bewusst vom französischen Klassiker abhebt, nun seinen rustikalen Charakter – und gleichzeitig eine weiche, großporige Krume.



Klasse statt Masse umschreibt das Konzept des Brotspezialisten Taner Karadagli sehr gut



In der Produktion ist bei vielen Arbeitsschritten echte Handarbeit angesagt



In der Langen Rötterstraße eröffnete Tan erst vor kurzem ein zweites Fachgeschäft mit offener Backstube



Seinen Weizenteigen lässt Bäckermeister Tan viel Zeit zur Gärung. So entwickeln sich Aroma und eine luftige Porung

Für ein saftiges Aroma in den Baguettes sorgt ein Poolish, der zur Übernachtgare in die Kühlung kommt. Damit ist ein milder Weizenvorteig gemeint, der zu gleichen Teilen aus Wasser und Mehl besteht und auch eine sehr geringe Menge Frischhefe enthält. Karadagli kühlt seine Teige nur gerade soweit herunter, dass sie noch schonend reifen können. „Alle meine Weizenteige führe ich mit Poolish“, sagt der Bäckermeister. Selbst die, zu denen später auch anteilig Sauerteig gegeben wird. Der Backhefe-Anteil beträgt dabei deutlich weniger als ein Prozent, bezogen auf die Gesamt-Mehlmenge.

Brot-Gerichte

Wer die Zutatenliste der Boutique-Brote weiter studiert, bekommt eine Ahnung, welcher Zunft Karadagli neben der Bäckerei nahesteht. Sein „Pfälzer“ beinhaltet neben Dinkelvollkornmehl zum Beispiel Speck, Röstzwiebeln und Sauerkraut. Dabei kommt

der Speck geräuchert und roh in den Teig. „Wenn ich ihn vorher anbrate, verliert er an Aroma, weil dabei das Fett ausgelassen wird“, erklärt der Bäckermeister. Damit kämen dann zwar Röstaromen in den Teig, gleichzeitig ginge ein wichtiger Geschmacksträger verloren. „Um den Speck zu garen, reicht die Backhitze allemal“, erläutert Tan sein Vorgehen.

Weiter geht es auf der Produkt-Palette: Das Brot Kalamata Olive ist, wie der Name vermuten lässt, gespickt mit den schwarzen und grünen Früchten. In dem Rezept für Quinoa Jasmin treffen der namensgebende Quinoa-Mix und Jasminreis auf Karotten und gehackte Mandeln. Viele Brote gleichen so einem gesamten Gericht. Die Erklärung für die ungewöhnlichen Zutaten-Kombinationen: Bevor Tan Bäckermeister wurde, absolvierte er zunächst eine Lehre zum Koch.

„Ich habe früher oft als Kellner gearbeitet. Als Koch war ich dann drei bis vier Jahre in der gehobenen Sterneküche tätig“, erzählt Tan. Den Druck, den er manchmal in der Küche verspürte, wenn der Laden brummte, empfindet der Bäckermeister in seiner Backstube nicht. Gleichwohl kommt es auch hier aufs Timing an. „Wir haben bestimmte Zeiten für den Ansatz des Sauerteiges festgelegt, damit er den nötigen Trieb entwickelt“, erklärt der 33-Jährige.



Jedes Brot hat nicht nur im Innern, sondern auch optisch einen eigenen Charakter



Insgesamt drei Tage Ruhezeit haben viele Teige hinter sich, bis sie endlich gebacken werden und auskühlen dürfen



Karadagli schätzt es, dass er die Ergebnisse seiner Arbeit mit allen Sinnen begreifen kann

Auf die Idee, von der Gastronomie zur Bäckerei zu wechseln, kam Tan aus einem einfachen Grund: „Weil ich gerne Brot esse.“ In Mannheim fand er jedoch nicht das, was er sich unter gutem und vor allem ehrlichem Brot vorstellte. „Für alle Brote werden ausschließlich Bio-Mehlsorten ohne Backtriebmittel sowie deutsches Steinsalz, unraffiniert und naturbelassen, verwendet. Alle weiteren Zutaten wie Früchte oder Nüsse sind ungeschwefelt und ohne Zusatzstoffe“, ist auf seiner Website zu lesen. Statt weiter nach einer passenden Quelle zu suchen, entwickelte der Bäckermeister schließlich einfach selbst ein Konzept, das der gewünschten Philosophie folgt.

Zu der Auswahl hochwertiger Zutaten kommen die langen Gehzeiten der Teige, die die Brote bekömmlicher machen und ihnen die guten Aromen verleihen. Alles in allem verbringen viele der Weizenteige in der Brotboutique insgesamt drei Tage in Schüsseln

und Kesseln, bis sie aufgearbeitet werden. So wie bei Tans Laib, einem Brot mit 2,6 Kilogramm Gewicht, das einzig aus Weizen- sowie Dinkelvollkornmehl mit Steinsalz, Bio-Hefe und Wasser besteht. Hierbei kommen ein Weizen- sowie ein Roggensauer und auch ein Poolish zum Einsatz.

„Gestern haben wir den Poolish angesetzt und heute den Teig gemacht. Nun werden die Teiglinge geformt und über Nacht wieder zur Gare in die Kühlung gestellt“, erklärt Bäckermeister Tan. Der Teig für das Toskaner Landbrot lagert nach dem Knetprozess sogar für 48 Stunden in Wannen. Olivenöl macht ihn geschmeidig, ausgesuchte Kräuter tauchen ihn in ein Bouquet von Pizza-Aromen.

Personal-Sorgen

In seinen Kreationen bringt Tan beide Leidenschaften zusammen: das Kochen und das Backen. Darüber hinaus sein Wissen über Lebensmittel und Aromenspiel auf der einen, seine Freude am Ausprobieren auf der anderen Seite. Dass sich der Bäckermeister auf Brot spezialisierte, hatte bei der Gründung seines Unternehmens neben seinen persönlichen Vorlieben auch eine ganz pragmatische Bewandnis: „Ich wollte zur Not alles alleine machen können, falls mal etwas schief läuft und ich ohne Personal dastehe“, sagt er.



Mit seinen Marktbaguettes möchte sich Bäckermeister Tan bewusst vom französischen Original abheben



Die „Models“ haben im Brotregal endlich ihren großen Auftritt

Die Sorge, geeignete Fachkräfte zu finden, treibt nämlich selbst einen kleinen Brotspezialisten wie Taner Karadagli um. Auch wenn sich sein Bedarf bei insgesamt drei Verkaufsstellen mit 28 Mitarbeitenden in Vollzeit und Teilzeit sowie Aushilfen in Grenzen hält. Dass es nur wenig Interesse für den Beruf als Bäcker oder Bäckerin gibt, wundert Karadagli nicht. „In gewisser Weise sind wir in der Branche selber schuld. Warum sollte es jemand lernen wollen?“, fragt er selbstkritisch. Zu lange habe man das schlechte Image mit rauhem Umgangs-

ton in der Backstube, mangelnden handwerklichen Fähigkeiten und nächtlichen Arbeitszeiten nicht korrigiert.

Dabei lohne es in seinen Augen, sich mit dem Beruf näher zu befassen. „Ich mag es, mit Lebensmitteln zu arbeiten und mitzuerleben, was ich am Tag mit meinen Händen geleistet habe“, beschreibt der Bäckermeister sein persönliches Erleben. Potenziellen Fachkräften gibt er gerne die Möglichkeit, sich bei einem Praktikum in der Backstube auszuprobieren. Und auch Respekt ist ihm wichtig. „Bei mir darf niemand mit anderen mies umgehen“, betont der Bäckermeister. Welch abschreckende Wirkung ein autoritärer Führungsstil in der Backstube haben kann, hatte er selbst schon während seiner Ausbildung erleben müssen.



Das Team arbeitet routiniert zusammen



Die Einfachheit und gleichzeitig die Vielseitigkeit von Brot sind es, was Taner Karadagli an der Bäckerei fasziniert



Außer den gelaugten Burger-Buns gibt es keine Brötchen in der Brotboutique

Sein Handwerk erlernte Tan in verschiedenen Betrieben, vor allem aber von einem Lehrmeister in einer kleinen Handwerksbäckerei in Ludwigshafen. Bis heute sieht er ein Vorbild in dem Bäcker, der ihm beibrachte, „was ehrliches Handwerk bedeutet“, wie Taner Karadagli es beschreibt. „Neben der Lehre habe ich mir Fachwissen zu Hause angeeignet“, berichtet er. Bereits im ersten Lehrjahr habe er daher sehr viel detailliertere Fragen stellen können. „Die sind alle beantwortet worden.“ Auch nach der Arbeit probierte der Lehrling noch Teige aus. „Ich habe mir vom Chef eine Küchenmaschine geliehen“, erzählt er rückblickend.

Eigener Stil

Schon während der Lehre begann er, auch eigene Rezepte im Tan'schen Stil zu entwickeln. Dass lange Teigführung Brote nicht nur bekömmlicher und aromatischer macht, sondern auch positiven Einfluss auf die Arbeitszeiten nehmen kann, beweist der Jungunternehmer jeden Tag. „Unsere Arbeit in der Backstube beginnt um 5 Uhr morgens“, sagt er. Der übliche Arbeitsbeginn in anderen Produktionen liegt im Gegensatz dazu mitten in der Nacht. „Um 10 Uhr öffnet das Fachgeschäft. Schichtende in der Produktion ist

nachmittags um 14 Uhr“, so der Bäckermeister weiter. An Sonn- und Feiertagen ist Tans Brotboutique geschlossen.

Einen Luxus leistet sich Karadagli heute in seinem eigenen Betrieb trotz aller Personalsorgen. In zwei seiner Fachgeschäfte unterhält er vollständige Backstuben. Sie sind durch eine Glaswand vom Verkaufsraum getrennt und fester Bestandteil des Konzeptes. Die Kundinnen und Kunden sollen sehen, wie in seinen Läden gearbeitet wird, sagt er.

Und auch weiteren Ideen verschließt sich Taner Karadagli nicht. Neuerdings gibt es ein paar handwerkliche Konditoreiprodukte in den Läden. „Die produzieren wir ausschließlich in der Langen Röttgerstraße und bringen sie dann auch zu den anderen Standorten.“ Brötchen und weitere Kleingebäcke bietet die Bäckerei hingegen so gut wie keine – mit Ausnahme gelaugter Burger-Buns.

„Ich denke darüber nach, ein vollkommen anderes Konzept zu entwickeln, in dem sich Gastronomie und Backwaren noch stärker begegnen“, verrät der 33-Jährige. Die passenden Rezept-Kompositionen dafür hat er sicher schon im Hinterkopf. 🍴



Neuerdings stehen verschiedene Konditorei-Artikel zum Verkauf



TANS BROTBOUQTQUE

Inhaber: Taner Karadagli
Meerfeldstraße 61, 68163 Mannheim
Telefon: 06 21/43 73 87 86

✉ info@tansbrotboutique.de

🌐 tansbrot.boutique

Sauerteig

- ▶ 70 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 70 g Roggenschrot (fein, alternativ Roggenmehl Vollkorn)
- ▶ 20 g Anstellgut

Die Zutaten gründlich miteinander vermischen. Abgedeckt bei Raumtemperatur 12-14 Stunden gehen lassen.

Kochstück

- ▶ 100 g Gerstenkörner (alternativ Buchweizenkörner)
- ▶ 125 g Wasser (kalt)
- ▶ 6-9 g Instant-Malzkaffee (alternativ anderer Instant-Kaffee)

Das Wasser zum Kochen bringen, die Gerste auf kleiner Flamme im Wasser aufkochen und 10 Minuten garen. Anschließend den Malzkaffee unterrühren. 12-14 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur quellen lassen.

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Kochstück
- ▶ 270 g Wasser (kalt)
- ▶ 300 g Weizenmehl 1050
- ▶ 150 g Roggenmehl 1150
- ▶ 8-12 g Instant-Malzkaffee (alternativ anderer Instant-Kaffee)
- ▶ 7 g Frischhefe

Spätere Zugabe

- ▶ 12 g Salz

Topping

- ▶ 30 g Getreideflocken nach Wahl

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆☆

Getreide: Weizen, Roggen, Gerste

Triebmittel: Sauerteig, Hefe

Teigkonsistenz: bindig

Zeit gesamt: 16-18 Stunden

Zeit am Backtag: 4 Stunden

Backzeit: 60 Minuten

Starttemperatur: 200°C

Backtemperatur: 190°C

nach 10 Minuten

Schwaden: beim Einschließen

Tipp

Um eine kräftige Kruste an den Seiten zu erhalten, kann das Brot weitere 10 Minuten ohne Form bei 230°C gebacken werden.

Malz-Kaffeestück

Der Duft von Malzkaffee und sein leicht-herber Geschmack mischen sich in diesem kräftigen Dreikorn-Brot mit dem würzigen Aroma von Sauerteig. Die sanfte Krume sowie der zarte Biss der weichen Getreidekörner sorgen für ein angenehmes Mundgefühl. Das Brot schmeckt mit Butter, aber auch mit süßem oder herzhaftem Belag.

- Die Frischhefe im Wasser auflösen, das Malzkaffee-Pulver unterrühren. Alle weiteren Zutaten – außer das Salz – in die Schüssel geben. Die Zutaten auf langsamer Stufe 5 Minuten mischen.
- Das Salz hinzugeben und den Teig weitere 5 Minuten auf schnellerer Stufe kneten. Abgedeckt bei Raumtemperatur 90 Minuten gehen lassen. Nach 30 und 60 Minuten jeweils einmal dehnen und falten.
- Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und langformen.
- Eine Kastenform fetten und mit Getreideflocken ausstreuen.
- Den Teigling mit Schluss nach unten in die Kastenform (zirka 30 cm) geben und glatt streichen. Abgedeckt bei Raumtemperatur 90 Minuten gehen lassen.
- Rechtzeitig den Ofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Den Teigling in der Kastenform unter Schwaden in den Ofen geben und 20 Minuten backen. Die Temperatur auf 190°C reduzieren und weitere 40 Minuten backen. ■

Rezept & Bilder: Silke Binte-Braun



SPEISEKAMMER

HALTBAR & LECKER

SPEISEKAMMER

Soßen & Dips

Von süß bis feurig

**Schmackhafte
Steinfrüchte**

Pflaume & Co.
haltbar gemacht

Sirup, Schnaps, Wein

Fruchtig-erfrischende
Drinks

Heißes für kalte Tage

Suppen & Eintöpfe
einkochen

Übersicht

Obstentsteiner
für jedes
Budget

Gemüse Hits

Saisonales für die
Vorratskammer

€5,90

Ausgabe 03/2021, 5,90 EUR
A: 6,50 Euro, CH: 11,60 sFR, BeNeLux: 6,90 Euro
www.speisekammer-magazin.de



Ausgabe 02/2021, 5,90 EUR
A: 6,50 Euro, CH: 11,60 sFR, BeNeLux: 6,90 Euro
www.speisekammer-magazin.de

LECKER

AMMER

2 für 1

Zwei Hefte zum
Preis von einem
Digital-Ausgaben
inklusive

eredeln

Einfach

gemacht

*Jetzt abonnieren und keine
Ausgabe mehr verpassen*

www.speisekammer-magazin.de

040 / 42 91 77-110

Teig-Zutaten*

- ▶ 300 g Wasser (kalt)
- ▶ 500 g Weizenmehl 550
- ▶ 25 g Zuckerrübensirup (alternativ Honig)
- ▶ 1 g Trockenhefe

Spätere Zugabe

- ▶ 50 g Wasser
- ▶ 40 g Butterschmalz (alternativ Margarine)
- ▶ 30 g Weizengrieß (fein, alternativ Dunst)
- ▶ 12 g Salz

Zum Belaugen

- ▶ Brezellauge

*Ergibt 4 Stück

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	fest
Zeit gesamt:	54-55 Stunden
Zeit am Backtag:	5-6 Stunden
Backzeit:	25 Minuten
Starttemperatur:	200°C
Backtemperatur:	200°C
Schwaden:	nein

HINWEIS

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

Brezzone

Mit der Brizza – einer Mischung aus Brezel und Pizza – machten die Geschwister Zeller vom Wirtshaus Wurstbendel in Aschaffenburg im vergangenen Sommer Schlagzeilen. Hier kommt die schwäbische Interpretation des besonderen Laugengebäcks in einer Calzone-Variante. Belegt werden kann das Gebäck nach Wunsch, zum Beispiel mit Maultaschen, Rostbraten oder Wurstsalat.

● Die Hefe in 300 g Wasser auflösen, dann Mehl und Sirup dazugeben. Auf langsamer Stufe 5 Minuten kneten. Währenddessen schluckweise das restliche Wasser zugeben.

● Salz und Butterschmalz dazugeben und weitere 5-10 Minuten kräftig auskneten. Abgedeckt bei Raumtemperatur 60 Minuten gehen lassen.

● Den Teig abgedeckt für 48 Stunden in den Kühlschrank lassen und anschließend abgedeckt für 48 Stunden in den Kühlschrank stellen.

● Den Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben. In 4 gleich große Teile à zirka 220 g teilen. Die Teiglinge rundformen und abgedeckt bei Raumtemperatur 60 Minuten entspannen lassen.

● In der Zwischenzeit die gewünschten Beläge zubereiten und zur Seite stellen.

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

● Die Lauge nach Packungsanleitung vorbereiten.

● Die Teiglinge auf einer dünn mit feinem Grieß bestreuten Arbeitsfläche flach drücken und jeweils rund ausrollen (zirka 30 Zentimeter Durchmesser).

● Die ausgerollten Teiglinge nach Wunsch belegen, dabei den Rand (zirka 1,5 cm) frei lassen, und dann von einer zur anderen Seite zusammenklappen. An den Rändern festdrücken und auf ein Blech geben. Anschließend mit einem Pinsel von außen belaugen.

● Die Teiglinge in den vorgeheizten Ofen geben und 25 Minuten backen. ■



Rezept & Bilder: Bärbel Adelhelm



BELAG FÜR ROSTBRATEN-BREZONE

- 100 g Rostbraten (vorgegart, in Stückchen, alternativ rote Wurst)
- 70 g Paprika (gebraten, in Stückchen)
- 50 g Gewürzgurken (in Streifen)
- 40 g Zwiebelsoße (alternativ Ketchup)
- 5 g Röstzwiebeln

Den Teigling mit Zwiebelsoße bestreichen, dabei einen zirka 1-2 Zentimeter breiten Rand lassen.

Die übrigen Zutaten gleichmäßig darauf verteilen und im Rezept weiter verfahren wie beschrieben.

1) Die Teiglinge werden zunächst rundgeschliffen ...



2) ... und im nächsten Schritt rund ausgerollt, um sie zu belegen

In der Variante als belagte Pizza wird der Teig erst belag und dann gebacken, ohne ihn zusammenzuklappen



Je nach eigener Vorliebe können verschiedene Füllungen gewählt werden



Auch in der süßen Variante schmeckt die belagte Pizza gut



Frühstücksbrötchen

Autolyseteig

- ▶ 270 g Wasser (kalt)
- ▶ 500 g Weizenmehl 550
- ▶ 50 g Schmand

Die Zutaten gründlich miteinander vermischen und abgedeckt 30 Minuten quellen lassen.

Hauptteig*

- ▶ Autolyseteig
 - ▶ 10 g Honig (alternativ inaktives Backmalz)
 - ▶ 3 g Frischhefe
- Spätere Zugabe
- ▶ 20-30 g Wasser (kalt)
 - ▶ 12 g Salz

*Ergibt 9 Stück

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	mittelfest
Zeit gesamt:	17,5-19,5 Stunden
Zeit am Backtag:	1 Stunde
Backzeit:	20-22 Minuten
Starttemperatur:	230°C
Backtemperatur:	200°C nach 10 Minuten
Schwaden:	beim Einschließen

Die idealen Frühstücksbrötchen sind solche, die man als Teiglinge nach langer kühler Gare entspannt morgens nur noch in den Ofen schiebt. Einfach perfekt passen die herrlich knusprigen Brötchen zum Wochenende und dem nächsten Sonntagsbrunch. Bestrichen mit Fruchtkonfitüre sind sie ein ebenso großer Genuss wie zu mildem Käse oder milder Wurst.

☉ Alle Zutaten – außer Salz und das restliche Wasser – 10 Minuten auf langsamer Stufe vermischen.

☉ Das Salz hinzufügen und den Teig etwa 3-5 Minuten auf schnellerer Stufe verkneten. Bei Bedarf das restliche Wasser schluckweise hinzugeben. Abgedeckt bei Raumtemperatur zirka 6 Stunden zur Gare stellen, bis sich das Volumen in etwa verdoppelt hat. Nach 60 und 120 Minuten jeweils einmal dehnen und falten.

☉ Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und in 9 gleich große Teile à zirka 90 g teilen. Die Teiglinge rundformen und 10 Minuten entspannen lassen.

☉ Die Teiglinge länglich ausformen und mit dem Schluss nach oben in ein Bäckerleinen (alternativ bemehltes Geschirrtuch) legen. Den Stoff zwischen den Teiglingen etwas hochziehen, damit sie leicht gestützt werden. Abgedeckt 10-12 Stunden im Kühlschrank zur Gare stellen.

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

☉ Teiglinge aus dem Kühlschrank nehmen, drehen und direkt längs einschneiden. Unter Schwaden in den Ofen geben und 10 Minuten backen. Die Temperatur auf 200°C senken und weitere 10-12 Minuten ausbacken. 🍴

Rezept & Bild:
Sonja Bauer

 @cookieundco

 /groups/cookieundco

 cookieundco.de

Johanna Banana

Zu den beliebtesten Beeren aus heimischen Regionen zählen Johannisbeeren in allen Variationen. Die leuchtend roten Kugeln mit dem süß-säuerlichen Aroma ergeben – gepaart mit milden Bananen – ein samtiges Fruchtmus in knallroter Farbe. Ein echter Hingucker auf jedem Frühstückstisch.

- Beeren und Wasser in einen Topf geben, aufkochen lassen und zirka 7-10 Minuten weiter köcheln lassen. Die Beeren sollten weich werden und aufplatzen.
- Die Fruchtmasse passieren und den Saft auffangen. Die verbliebenen ausgepressten Fruchtreste entsorgen.
- Den aufgefangenen Saft, die Vanillestange und die Zitronenspalten vermischen und alles zusammen abkühlen lassen.
- Die Bananen mit einer Gabel zu Mus zerdrücken.
- 1.100 g Saft abmessen und in einen Topf geben. Den Gelierzucker darin auflösen.
- Das Bananenmus mit der Vanillestange und den Zitronenspalten hinzugeben und alles zusammen sprudelnd aufkochen lassen. Für 5 Minuten weiter kochen, die Masse dabei immer wieder durchrühren.
- Eine Gelierprobe durchführen.
- Die Vanillestange und die Zitronenspalten entfernen, wenn die Gelierprobe erfolgreich war.
- Das heiße Fruchtmus in ausgekochte Gläser füllen und diese sofort verschließen. 🍷

Zutaten*

- ▶ 1.000 g Johannisbeeren (rot, ohne Rispen)
- ▶ 500 g Gelierzucker (3:1)
- ▶ 300 g Wasser (kalt)
- ▶ 250 g Bananen (überreif, geschält)
- ▶ 1 Vanillestange (aufgeritzt)
- ▶ 1 Zitrone (Bio, in Spalten geschnitten)

*Ergibt 6 Gläser à 230 ml

Rezept & Bild: Gerda Göttling

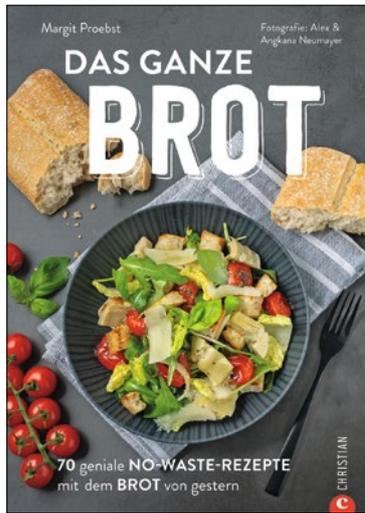
GELIERPROBE

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



Inspiration

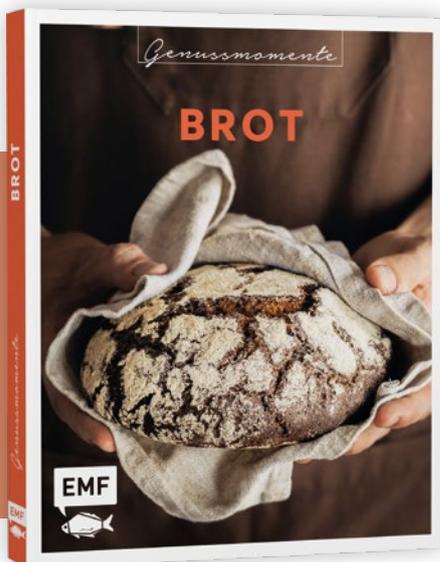
Dem Thema Brot kann man sich von vielen Seiten nähern: kulinarisch, technisch, wirtschaftlich, künstlerisch. Hier eine Auswahl von Dingen, die in letzter Zeit unsere Aufmerksamkeit erregt haben.



Aus übrig gebliebenem Brot lassen sich viele verschiedene Gerichte zaubern. Das hat auch die Autorin Margit Proebst festgestellt und für „Das ganze Brot“ 70 Rezeptideen entwickelt. Von der Vorspeise über Suppen und Salate bis hin zu Hauptgerichten und Nachtschicht – statt altes Brot wegzuwerfen, wird es hier zur wichtigen Zutat. Die Brotreste kommen sowohl in süßen als auch herzhaften Gerichten zum Einsatz. Nachhaltiges Handeln wird so gleichsam zur kreativen Leckerei.

verlagshaus24.de/das-ganze-brot/

Margit Proebst
Das ganze Brot – 70 geniale No-Waste-Rezepte mit dem Brot von gestern
160 Seiten
ISBN 978-3-9596-1535-8
€ 19,99



Susanne Daniels, Sabrina Sue Fodor,
Julia Eckhard und andere
Genussmomente: Brot
64 Seiten
ISBN 978-3-7459-0133-7
€ 5,00

emf-verlag.de

Die wichtigsten Zutaten, grundlegende Tipps & Tricks sowie 26 Rezepte hält das Buch „Genussmomente: Brot“ bereit, das im EMF Verlag erschienen ist. Dabei kommen sowohl alle Fans von süßem als auch herzhaftem Backwerk auf ihre Kosten: Kräuterpesto-Brot und Walnuss-Karamell-Bananenbrot warten nur darauf, nachgebacken zu werden. Aber auch Klassiker wie Pumpernickel oder Vollkornbrot lassen sich zubereiten. In einfachen Schritten gelangt man dabei zu tollen Ergebnissen, die sich zum Frühstück, Abendbrot oder für den kleinen Hunger zwischendurch eignen.

Intuitiv kochen – für Bestseller- und BROT-Autor Stevan Paul ist das mehr als eine handwerkliche Fertigkeit. Es ist die richtige Einstellung zu gutem Essen und dessen Herstellung. Dass jeder und jede kochen lernen kann, davon ist der Autor überzeugt. Foodpairing zu beherrschen, ist der Schlüssel zu einer kreativen Gemüseküche. In seinem neuen Buch „Simple & Clever Cooking – weniger ist mehr“ präsentiert Paul Rezepte, für die es keine spezielle Ausrüstung braucht und für die sämtliche Zutaten einfach erhältlich sind. Denn schon mit wenig lässt sich eine Menge ausprobieren. So zaubern frisch geschnittener Koriander und Zitronensaft ein wahres Genusserlebnis aus grünen Tomaten auf den Tisch. Geröstete Nüsse harmonisieren bestens mit Kartoffeln und Parmesan. Und auch darüber hinaus gibt es im Buch eine Menge zu entdecken. Die Fotografien zu der kreativen Gemüseküche liefert Vivi d’Angelo.

brandstaetterverlag.com

Stevan Paul
Simple & Clever Cooking – weniger ist mehr
228 Seiten
ISBN 978-3-7106-0565-9
€ 30,00





Ein Trend aus Japan begeistert derzeit auf YouTube. Unter den Stichworten Tulpenbrot oder Tulip Sandwich finden sich diverse Beispiele für das Obst-Creme-Sandwich, bei dem mit dem japanischen Milchbrot Shokupan, Sahnecreme und frischem Obst wahre Kunstwerke entstehen. Zunächst wird die Creme geschlagen und zwei Scheiben Brot werden damit bestrichen. Dann kommen die Früchte ins Spiel. Sie ordnet man blumenförmig an und klappt die Stulle zu. Beim Durchschneiden entstehen dann tulpenartige Blumenmuster, denen der Trend seinen Namen verdankt. Für die Creme können auch Joghurt, Quark oder Mascarpone verwendet werden. Videoanleitungen finden sich auf YouTube, zum Beispiel bei ddulgi oder Maison Olivia.

ddulgi & Maison Olivia

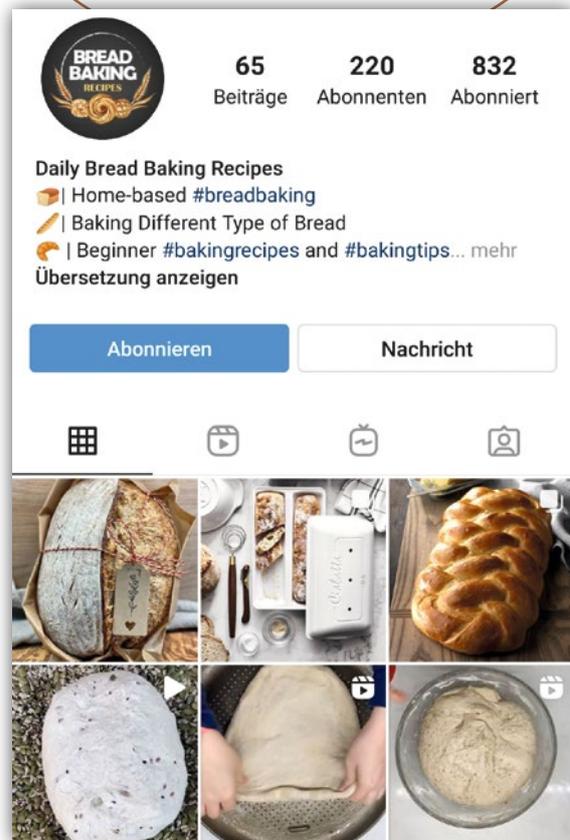
fei-bonn.de/veranstaltungen-terme/trophelia-dokumentation/trophelia-2021



Alljährlich bewerben sich Studentinnen und Studenten mit Food-Ideen um den europäischen Trophelia-Preis. Den nationalen Vorentscheid Trophelia Deutschland 2021 zwischen 13 Teams konnten jetzt die fünf Studierenden Romina Hennig, Vivien Höhne, Silke Sorge, Alida Stevens und Ruweida Youssef von der Technischen Universität Berlin für sich entscheiden. Sie überzeugten die Jury mit der Produktentwicklung „Tresties“. Für die Herstellung der Pralinen in den Geschmacksrichtungen Kakao-Mandelkaramell, Kokos-Rote-Bete und Nougat-Zimtapfel wird ungenutzter Trester verwendet. Damit sind Pflanzenbestandteile gemeint, die nach dem Auspressen zurückbleiben. Dank der Zutat sollen die Pralinen nicht nur gut schmecken, sondern den Körper zusätzlich mit wertvollen Inhaltsstoffen versorgen. Das Sieger-Team tritt im Oktober zum Wettbewerb Ecotrophelia in Köln an, um sich mit anderen Preisträgerinnen und Preisträgern aus Europa zu messen.

Backtipps und Bilder von Broten finden sich auf dem Instagram-Kanal Bread Baking Recipes. Hier werden nicht nur einzelne Arbeitsschritte dokumentiert, sondern immer wieder auch gestalterische Ideen aufgegriffen. Wie wäre es zum Beispiel mit einer Focaccia, auf der das Gemüse wie eine Blumenwiese angeordnet ist? Oder mit ein paar schönen Scoring-Mustern? Damit ist die kreative Schneidekunst in Broten gemeint. Wer gerne in allen möglichen Farben und Formen backt, wird sich daran sicher nicht so schnell satt sehen können.

@breadbakingrecipes



Eine Auszeichnung braucht das typische französische Baguette wahrlich nicht, um Weltruhm zu erlangen. Den hat es längst erreicht. Aufgrund ihrer immensen kulturellen Bedeutung wurde der Weißbrotstange jetzt dennoch eine besondere Würdigung zuteil: Die Organisation der Vereinten Nationen für Erziehung, Wissenschaft und Kultur (UNESCO) hat sie zum immateriellen Weltkulturerbe erklärt. Damit ehrt man kulturelle Güter und Ausdrucksformen, die von menschlichen Wissen und Können getragen werden. In der Endauswahl der französischen Kommission setzte sich das Baguette gegen die Zinkdächer von Paris und das Weinfestival Fête du Biou d'Arbois durch.



 unesco.de



Bild: Mark Glasser

Mit dem Projekt „Bake Against Poverty“ möchte die Vollpension Backademie aus Wien einen Beitrag gegen Altersarmut leisten. Auf einer E-Learning-Plattform können Seniorinnen und Senioren neuerdings Backkurse anbieten. Auf diese Weise verdienen sie sich ein Zubrot und kommen als Online-Lehrkraft mit Backinteressierten in Kontakt. „Bis 2030 wird die Gruppe älterer Menschen über 60 Jahre um das Doppelte auf 2,1 Milliarden älterer Menschen anwachsen“, heißt es auf der Vollpension-Website. Einigen von ihnen mit Freude am Backen soziale Teilhabe und einen Zuverdienst zu ermöglichen, ist erklärtes Ziel des Projektes. Hauptsächlich werden gemeinsam Kuchen gebacken. Bewerbungen der Generation 65+ werden über ein Online-Kontaktformular auf der Website entgegengenommen.

 vollpension.wien/bake-against-poverty/

Im September startet Gabriela Maria Schmeide, unter anderem bekannt aus dem Film „Systemprenger“, als Tina durch und gründet ihr eigenes Back-Business. Die Schauspielerin verkörpert die Hauptrolle in der neuen Mini-Serie „Tina Mobil“ des Rundfunks Berlin-Brandenburg (rbb), die in der zweiten Septemberhälfte in der ARD auf Sendung geht. Als alleinerziehende Mutter erlebt Tina allerhand Widrigkeiten und fährt kurzerhand in ihrem Bäckerei-Mobil Backwaren im Berliner Umland aus. In sechs Folgen à 45 Minuten soll es lustig drunter und drüber gehen. Eine Geschichte rund um Liebe, Kraft, Trotz und Selbstbehauptung, heißt es in der Ankündigung.

Neben Schmeide sind unter anderem Runa Greiner, Fine Sendel, David Ali Rashed, Alexander Hörbe und Steffi Kühnert zu sehen.



Bild: rbb/Stefan Erhard

 rbb-online.de



Lust auf schrägen Eisgenuss? Dann könnte sich demnächst eine Reise nach Litauen lohnen. Das baltische Land hat eine Liste der bizarrsten litauischen Eissorten zusammengestellt, die im Sommer 2021 neu entwickelt wurden, zum Beispiel ein Eis mit Schwarzbrotgeschmack. Die erfrischende Süßspeise soll nicht nur nach Brot schmecken, sondern sogar herzhaftere Stücke des Backwerks enthalten. Außerdem auf der frostig-scurrilen Besten-Liste vertreten sind Gurken- und Honigeis sowie Eis mit dem Geschmack von Elchgeweih und geräucherten Beeren.

 lithuania.travel/en/news/frosty-flavours-to-melt-for-ice-cream-map

Auf seinen Fotos lässt Wayne Caddy es krachen – und zwar die Krusten. Eine Fülle verschiedener Brote präsentiert der Brite auf seinem Instagram-Kanal und vermittelt dabei nicht nur interessante Eindrücke aus der Backstube, sondern auch die Leidenschaft eines echten Handwerksbäckers. Von seiner jahrzehntelangen Erfahrung profitierte die School of Artisan Food in Nottinghamshire. Dort brachte er sich prägend in das Kursprogramm ein und vermittelt sein Fachwissen an neue Generationen. Für seine Arbeit erhielt Caddy internationale Branchen-Preise. Auf Instagram können Backbegeisterte sich auch fernab von Nottinghamshire von seinen Kreationen inspirieren lassen.

 wayne_caddy1



Naschkatzen dürfen sich dieses Buch nicht entgehen lassen – „Frischer Kuchen auf Vorrat“ bietet Kuchenrezepte im Glas, teilweise laktose- und glutenfrei. Die Besonderheit: Die Küchlein im Glas sind perfekt bei spontanen Heißhungerattacken auf Süßes oder wenn plötzlich Besuch vor der Tür steht. Und sollen sich nach Angaben von Autorin Sandra Haslbeck bis zu sechs Monate halten. Das Vorratsbackbuch gibt zusätzliche Tipps und Tricks zur Haltbarkeit und bietet eine große Auswahl aus verschiedenen Zutaten. Da ist bestimmt für jeden Süßschnabel etwas dabei.

Sandra Haslbeck
**Frischer Kuchen auf Vorrat –
 gebacken im Glas. Mindestens
 6 Monate haltbar**
 96 Seiten
 ISBN: 978-3-8094-4408-4
 € 7,99



 penguinrandomhouse.de



 thefreshloaf.com

Als Community aus Amateur-Artisan-Bäckerinnen und -bäckern bezeichnet sich die englisch-sprachige Plattform „The Fresh Loaf“. Übersetzt bedeutet der Titel „Der frischgebackene Laib“. Da wundert es nicht, dass man direkt auf der Startseite großformatig von Fotos von knusprigen Broten begrüßt wird. Neben Rezepten und Backtipps bietet die Website eine Blog-Übersicht aller registrierter Mitglieder sowie ein Forum, in dem Fragen rund ums Brotbacken diskutiert werden. Zwar unterscheidet sich die Brotkultur verschiedener Länder nicht zuletzt zum Beispiel aufgrund der Verfügbarkeit bestimmter Mehlsorten und -typen, als Inspirationsquelle für neue Rezepte eignet sich die Plattform aber allemal.



Text: Sebastian Marquardt

@brotmagazin

/brotmagazin

brot-magazin.de

Grundkurs Brotbacken – Teil 7

Der Schnitt

Kaum ein Prozess bei der Brot-Herstellung ist so schön anzusehen, wie das Wachsen des Teiglings im Ofen. Damit das in der gewünschten Weise geschieht, ist es bei den meisten Broten und Brötchen unerlässlich, sie richtig einzuschneiden. Dabei ist „richtig“ ein weites Feld.

Es gibt Gebäcke, die ohne Schnitt in den Ofen kommen. Burgerbuns zum Beispiel. Sie müssen im Zustand der vollen Gare gebacken werden, sodass der Teig nur noch wenig Ofentrieb entwickelt und die Oberfläche nicht reißt.

Alternativ dazu kann man Brote wild aufreißen lassen. Sie kommen mit Schluss nach oben in den Ofen. Essenziell ist es hier, etwas Mehl in den Schluss einzuarbeiten, wenn der Teigling seine finale Form bekommt. Das verhindert ein Verkleben der „Nähte“. So kann das Brot an ihnen entlang aufreißen, wobei das Schwaden eine sehr wichtige Nebenrolle spielt. Es unterstützt diesen Prozess.

Zwischen dem Gar-nicht-einschneiden und dem Wild-aufreißen-lassen liegt das weite Feld des Einschneidens. Es erfüllt einerseits eine ästhetische Funktion, weil es dem Brot hilft, seine endgültige Form zu finden. Andererseits ist es aber auch wichtig, um den Gär-gasen im Teig eine optimale Ausdehnung und dem Brot damit einen

guten Ofentrieb zu ermöglichen. Nicht zuletzt formt der Schnitt den Ausbund des Brotes. So heißt eben jene Stelle, an der der Teigling aufgerissen ist.

In der Hitze des Ofens verdampft das Wasser im Teig. Wer das Einschneiden vergisst oder dabei zu zaghaft vorgeht, wird erleben, wie der Dampf sich zum Entweichen einen eigenen Weg sucht. Dabei können sehr lustige Form entstehen, die aber selten gewünscht sind. Der Teig reißt immer an der schwächsten Stelle auf. Meist ist die an der unteren Seite, weil das Brot im Ofen sofort sehr viel Hitze von oben bekommt. So entstehen gern Pilzformen oder auch mal Haifische.



Der gezielte Schnitt ermöglicht dem Brot einen guten Ofentrieb

Wer den Teigling vor dem Backen richtig einschneidet, bestimmt hingegen den Weg des Dampfes und macht ihn sich zunutze. Dabei sollten Schnitte wirklich in den letzten Sekunden vor dem Gang in den Ofen ausgeführt werden. Doch davor steht die Auswahl des richtigen Schnittgeräts.

Große Werkzeug-Auswahl

Ein gutes Tomatenmesser findet sich in vielen Haushalten und ist perfekt für viele Teige. Die scharfe Klinge mit dem Wellenschliff sorgt dafür, dass die Teighaut schnell und sicher durchtrennt wird. Geht man zielgerichtet und schnell ans Werk, bleibt auch nichts daran kleben. Allerdings ist das Messer eher dick, es erlaubt also keine filigranen Schnitte.

Beim Rautenmuster sind eine scharfe Klinge und ihre schnelle Führung wichtig, damit die Klinge dort, wo sich die Linien treffen, den Teig nicht mitreißt. Für gleichmäßigen Ofentrieb und gelungenes Muster müssen alle Schnitte gleich tief sein



Ein gutes Tomatenmesser eignet sich bestens zum Einschneiden von Broten

Mit Lâme de Boulanger oder Skalpell geht es schärfer und gezielter zur Sache

Für die sowie für spezielle Backwerke wie das Baguette bietet sich ein Lâme de Boulanger an, wie man es in französischen Backstuben findet. Meist besteht es lediglich aus einem Metallhalter, auf den eine Rasierklinge gesteckt wird. Die Art der Halterung gibt der Klinge eine leichte Biegung, die Einfluss auf die Schnittführung hat. Im Zubehörhandel finden sich auch Plastik-Ausführungen oder edle Holz-Halterungen mit einer geraden Klinge. Sie sorgen für feine, gerade Schnitte. Zudem lassen sie meist nur eine definierte Schnitt-Tiefe zu, was gerade Neulingen beim gleichmäßigen Einschneiden hilft.

LESETIPP



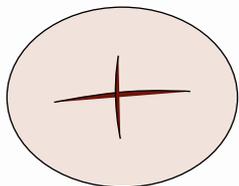
In Ausgabe 4/21 gibt Anita Šumer ausführlich Einblicke in ihre Kunst, Brote kreativ zu verzieren. Die Ausgabe ist digital verfügbar in der **BROT**App sowie unter brot-magazin.de oder zu bestellen unter brot-magazin.de/einkaufen



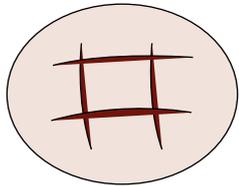
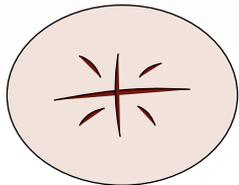
Wild aufgerissene Brote überzeugen mit rustikalem Charme

der Schere ist ihre grobe Herangehensweise, mit der sie stark auf den Teig wirkt und beim Schneiden Gärgase herausdrückt. Das ist nicht immer ideal, aber auch nicht immer störend.

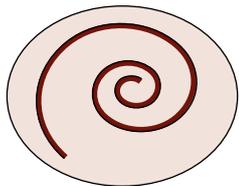
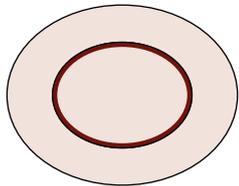
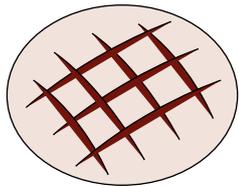
Egal, mit welchem Schneidwerkzeug man arbeitet – wichtig ist bei allen, die Klinsen scharf, sauber und trocken zu halten. Stumpfes Gerät reißt den Teig eher als ihn zu schneiden. Den gleichen Effekt haben ange-trocknete Teigreste.



Das große Plus ist die Schärfe der Klinge, die den Teig schonend durchtrennt. Auf der Minus-Seite steht die schnelle Abstumpfung. Die Klinge muss regelmäßig getauscht werden. Wer sich in filigraner Schnittekunst, dem Bread-Scoring, versucht, wird früher oder später zum Skalpell greifen. Das ist dann aber schon die höhere Schule.



Wesentlich schneller bei der Hand ist eine Schere. Und auch mit der lassen sich Backwerke gut verzieren. So lassen sich mit ihr aus schlichten Brötchen kleine Igel herstellen oder auch ein Pain d'épi, ein Baguette, das mit seiner speziellen Form zum Hingucker auf Party-Buffets wird. Der Nachteil



Runde Laibe bieten beinahe unendlich viele Optionen für kreative Schnitte

Energisch in die Tiefe gehen

Tiefe und Gleichmäßigkeit der Schnitte haben beträchtlichen Einfluss auf die finale Form des Brotes. Zaghaft darf man hier nicht sein. 3 bis 10 Millimeter sind eine optimale Schnitttiefe. Die Gleichmäßigkeit sorgt für



Viele parallele Schnitte sorgen für ein geringeres Volumen des Brotes



Beim Pain d'épi wird der Baguette-Teig mit einer Schere geschnitten. Ein Hingucker auf jedem Tisch



Mit etwas Erfahrung und scharfer Klinge kann man ganze Bilder in den Laib ritzen, wie hier von Anita Šumer perfekt vorgeführt

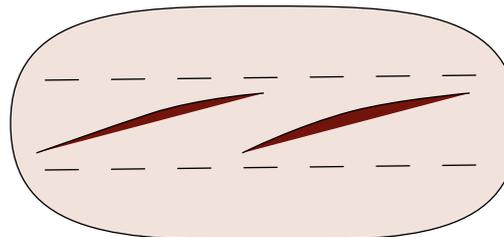
ein gleichmäßiges Entweichen des Dampfes aus dem Teigling und so auch für einen gleichmäßigen Ofentrieb.

Die Schnitte sollten dabei aus einer bequemen Körperhaltung heraus schnell und gezielt mit der Klingenspitze voran ausgeführt werden. Bei zu langsamem Agieren oder beim Aufsetzen der gesamten Klingensfläche kann immer Teig am Werkzeug kleben bleiben. So entstehen Riss-Stellen an der Teigoberfläche.

Mit der richtigen Schnitttechnik lassen sich sogar Über- und Untergare des Teiglings in Maßen ausgleichen. So wird ein übergarer Laib entweder gar nicht oder sehr flach eingeschnitten. Die Klinge ist dabei fast parallel zum Tisch, auf dem das Brot liegt. Teige mit Untergare werden wiederum sehr viel tiefer (15 bis 20 Millimeter) eingeschnitten.

Eine Frage des Winkels

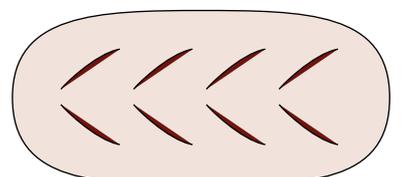
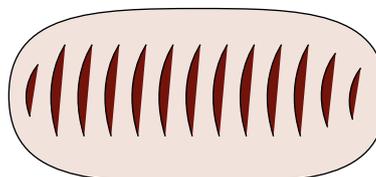
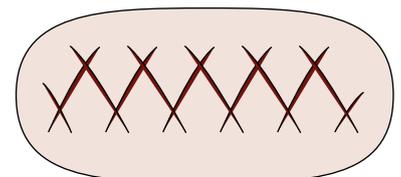
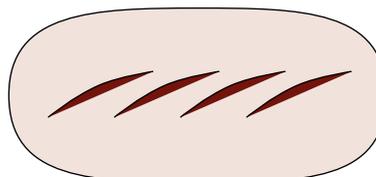
Während übergare Brote also möglichst flach – in einem Winkel von beinahe 0° – eingeschnitten werden, liegt der klassische Winkel bei etwa 10° bis 20° . So entwickelt sich ein ansehlicher Ausbund. Baguettes bilden eine Ausnahme, sie werden in einem 45° -Winkel eingeschnitten. Bei Schnittbrötchen kann der Winkel auch mal 90° betragen.



Langgewirkte Teiglinge teilt man gedanklich längs in drei Flächen, für den Einstieg empfehlen sich Schnitte im mittleren Teil

Rundgeformte Brote bieten eine schier unendliche Palette an Möglichkeiten des Einschneidens. Die einfachste Version ist ein Kreuz. Dabei spielen die Klingenschärfe und die Geschwindigkeit des Schnitts wieder eine wichtige Rolle, damit man beim zweiten Schnitt nicht hängen bleibt, wo sich beide Linien treffen. Neben dem Kreuz lassen sich ein Rauten- oder Schneckenmuster relativ einfach realisieren.

Auch langgeformte Laibe bieten Platz für Kreativität



LESETIPP

Ein ausführliches Porträt der Bäckerei Poilâne gibt es in Ausgabe 3/18 von **BROT**, digital verfügbar in der **BROT**App sowie unter brot-magazin.de

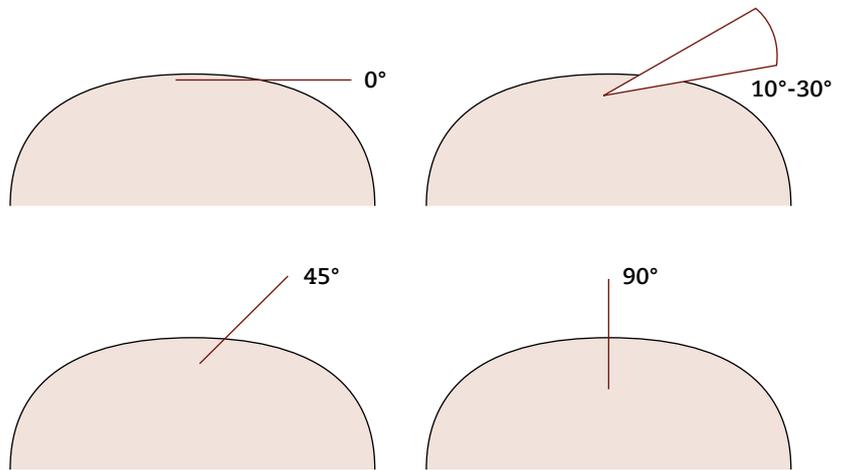


Langgewirkte Brote werden gedanklich längs in gleichgroße Drittel geteilt. Abhängig vom gewünschten Muster, erfolgen die Schnitte im mittleren Drittel oder in den beiden äußeren Dritteln. Auch hier gibt es wenig Grenzen für die eigene Kreativität. Entscheidend ist die Gleichmäßigkeit aller Schnitte, insbesondere hinsichtlich ihrer Tiefe.

Königsklasse Baguette

Ganz eigene Regeln hat das Einschneiden von Baguettes. Schaut man den Leuten in französischen Boulangerien dabei über die Schulter, wirkt es, als gäbe es nichts einfacheres. Ihre Bewegungen wirken spontan und lässig, folgen aber klaren Gesetzmäßigkeiten.

Auch ein Baguette wird gedanklich längs in Drittel aufgeteilt. Im mittleren Drittel erfolgen die Einschnitte – und zwar wahlweise drei oder fünf. Sie sind alle gleich lang und werden im selben Winkel etwa 5 Millimeter tief in den Teig geritzt. Dabei überlappen sich die Linien um etwa 15 Millimeter.



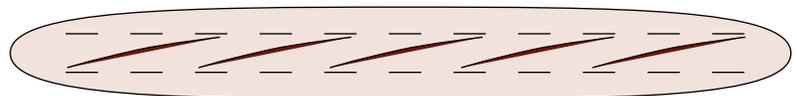
Von der Notwendigkeit zur Kunst

Wer den Dreh mit dem richtigen Schnitt raus hat, kann sich über ansehnliche Brot freuen. Oder den nächsten Schritt gehen. Menschen wie Anita Šumer haben das Einschneiden zur Kunstform erhoben. Kunstvoll malen sie mit der Klinge Bilder auf den Laib oder ritzen beeindruckende Muster in die Kruste.

In mancher Bäckerei bildet der Schnitt die spezielle Signatur. Berühmtestes Beispiel mag Poilâne in Paris sein. Das P auf jedem Laib des Hausbrottes macht es unverkennbar. Aber bis zum eigenen Signet ist es ein langer Weg. Auf dem gilt es, viel Erfahrung zu sammeln, um jedem Brot den passenden Schnitt zu verleihen, der ihm den richtigen Ofentrieb ermöglicht und die Optik so unwiderstehlich macht wie sein Geschmack. 🍞

Bei übergaren Teigen wird das Messer in einem Winkel von 0° angesetzt, klassisch schneidet man Brote mit einem Winkel von 10° bis 30° ein, bei Baguettes gilt ein Schnittwinkel von 45° , Schnittbrötchen werden auch mal im 90° -Winkel eingeschnitten

Beim Baguette überlappen sich im mittleren Drittel drei oder fünf Schnitte, die im selben Winkel und derselben Länge ausgeführt werden



Nicht nur beim Formen, auch beim Einschneiden zählt das Baguette zur Königsklasse

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

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

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

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

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

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



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

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

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

LINK

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



Legende:

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

Vorteig

- ▶ 270 g Wasser (warm)
- ▶ 270 g Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 50 g Anstellgut
- ▶ 5 g Salz

Die Zutaten gründlich miteinander vermischen und abgedeckt bei Raumtemperatur 14-16 Stunden gehen lassen.



Brühstück

- ▶ 50 g Roggenschrot
- ▶ 50 g Wasser (kochend)

Das Roggenschrot mit kochendem Wasser übergießen und 2 Stunden abgedeckt bei Zimmertemperatur quellen lassen.

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Brühstück
- ▶ 290 g Wasser (warm)
- ▶ 270 g Weizen-Ruchmehl (alternativ Weizenmehl 1050)
- ▶ 55 g Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 10 g Salz

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen, Roggen
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	weich
Zeit gesamt:	18-20,5 Stunden
Zeit am Backtag:	3,5-5 Stunden
Backzeit:	60 Minuten
Starttemperatur:	230°C
Backtemperatur:	200°C nach 10 Minuten
Schwaden:	nein



Zeitraster

20.00 Uhr

Vorteig ansetzen

Nächster Tag
10.00 Uhr

Brühstück ansetzen

12.00 Uhr

Hauptteig ansetzen

13.30 Uhr

Teig in die Form geben

14.15 Uhr

Ofen vorheizen

14.45 Uhr

Brot backen

15.45 Uhr

Brot fertig

Triple-R

Die Zutaten Ruchmehl, Roggenvollkornmehl und Roggenschrot verleihen dem Brot seinen Namen. Es handelt sich um ein leckeres Backwerk mit Biss und einer saftig-lockeren Krume. Mit dem Schrot als Brühstück kommt zusätzlich noch mehr Saftigkeit in den Teig – und durch Zugabe des Ruchmehls erhält man ein intensiv-aromatisches Sauerteigbrot, dass geschmacklich überzeugt.

☉ Alle Zutaten 10 Minuten auf langsamer Stufe vermischen, dann auf schnellerer Stufe 5 Minuten verkneten. Abgedeckt bei Raumtemperatur 60 Minuten gehen lassen.

☉ Den Teig in eine gefettete Kastenform (zirka 30 cm) geben und die Oberfläche glattstreichen. Weitere 60-90 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen.

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

☉ Den Teig in der Kastenform in den vorgeheizten Backofen geben. Die Temperatur nach 10 Minuten auf 200°C reduzieren. 60 Minuten backen. ■



Rezept & Bild: Daniela Bethe

Veranstaltungswochenende in Münster

Gutes Brot

Das traditionelle Brothandwerk vereint Leidenschaft, Geduld und Wissen. Das Genusskaufhaus in Münster präsentiert vom 23. bis 26. September eine viertägige Veranstaltung und mit ihr eine Liebeserklärung an eines der ältesten und beliebtesten Lebensmittel überhaupt. Anlass ist das Erscheinen des Buches „Living Bread“ vom New Yorker Bäcker Daniel Leader in deutscher Sprache.



Brot ist ein wichtiger Bestandteil der kulturhistorischen Identität im deutschsprachigen Raum. Allein im Brotregister des Deutschen Brotinstituts sind mehr als 3.200 verschiedene Brot-Rezepte verzeichnet. Damit gehört die Deutsche Brotkultur seit einigen Jahren zum immateriellen Unesco-Weltkulturerbe. Vom 23. bis zum 26. September wird Brot in Münster in verschiedenen Formaten besprochen, gebacken und verkostet. Dazu gibt es eine Fotoausstellung des Food- und Weinfotografen Joerg Lehmann.

Über das Buch

Daniel Leader gilt als einer der ersten Bäcker, die in den USA die handwerkliche und traditionelle Brotherstellung eingeführt haben. Seine Bäckerei Bread Alone in New York betreibt er seit 1983. Für sein Buch „Living Bread“ erhielten er sowie seine Co-Autorin Lauren

Chattman und Fotograf Joerg Lehmann 2020 den James Beard Award, eine renommierte Auszeichnungen der gleichnamigen Foundation für Kochprofis in den USA. Unter dem Titel „Gutes Brot“ erscheint das Werk am 28. September im Münchner Verlag Dorling Kindersley.

Alle Programmpunkte in Münster können nur nach einer verbindlichen Anmeldung beim Genusskaufhaus einzeln oder als Tagesveranstaltung besucht werden. Weitere Infos zum Programm, den Corona-Bedingungen und Preisen unter genusskaufhaus.de.



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

dorlingkindersley.de

DIE HIGHLIGHTS



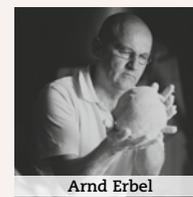
Daniel Leader



Heidi Schlautmann



Falko Hellmich



Arnd Erbel



Rodolphe Landemaine

Freitag, 24. September

- **Backen mit Daniel Leader (New York) und „Brotfee“ Heidi Schlautmann (Soest).**
10 Uhr, Lemperhaus Münster. Gebacken werden Brote aus dem Buch „Gutes Brot“ von Daniel Leader. Preis: 99 Euro (inklusive Getränke und Mittagssnack). Die Zahl der Teilnehmenden ist begrenzt
- **Ein Abend mit Brot von Hellmichs Brotladen mit Falko Hellmich (Rheine).**
20 Uhr, Lemperhaus Münster, Es gibt Brot mit Wein, Käse und anderen kulinarischen Highlights, zubereitet von Ralf Küster. Preis: 99 Euro. Die Zahl der Teilnehmenden ist begrenzt

Samstag 25. September

- **Sauerteig-Kurs mit Daniel Leader und Arnd Erbel, dem Freibäcker aus dem Frankenland.**
9-12 Uhr, Lemperhaus Münster. Alles, was einen guten Sauerteig ausmacht, erzählt und praktiziert von einem der renommiertesten Bäcker Amerikas und Autor des Buches „Gutes Brot“. Preis: 75 Euro. Die Zahl der Teilnehmenden ist begrenzt
- **Brotverkostung mit Rodolphe Landemaine, Bäcker aus Paris.**
13-15 Uhr, Feinkunsthaus Münster. Rodolphe Landemaine erzählt, wie und warum er als erster Bäcker eine vegane Bäckerei und Konditorei in Paris eröffnet hat. Preis: 35 Euro (inklusive Brotverkostung)

Brot Laden

Food Huggers

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

19,95 EURO

4er-Set groß



5er-Set

15,95 EURO

17,95 EURO

Avocado



11,95 EURO



6er-Set klein

CASO GourmetVAC 280 vollautomatisches Vakuumsystem zum Vakuumieren von Lebensmitteln

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



159,99 EURO

„Vakuumier-Boxen VacBoxx EcoSet“

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



39,99 EURO



Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110



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



18,50 EURO



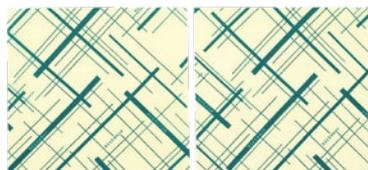
14,- EURO

Bee's Wrap Sandwich
33 x 33 cm



23,- EURO

Bee's Wrap 3er-Pack
Meadow Magic VEGAN



54,- EURO

Natürliche Verpackung

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

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

Diese natürliche Folie eignet sich hervorragend zum Verpacken von Brot oder Käse, für das Pausenbrot, aber auch zum Verschließen von Schüsseln während der 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





28,- EURO

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 Backleinen 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.

BROTLeinen

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

Der Stoff muss vor der ersten Benutzung nicht gewaschen werden und auch später genügt es, Mehl und eventuelle Teigreste trocknen zu lassen und dann auszuklopfen. Die Maße: 60 x 150 cm. ■

BROTKorb

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

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



29,- EURO

BROTLeinen – Grün

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



28,- EURO

Real Bread Lamps

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



99,- EURO

89,- EURO

239,- EURO

Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110

Hawos

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



399,- EURO

Top-Mühlen namhafter Hersteller



229,- EURO

Mockmill 100

Mockmill

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



649,- EURO

Mockmill Professional 200



299,- EURO

Mockmill 200



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

KoMoMio

FIDIBUS 21

279,- EURO

FIDIBUS Classic

399,- EURO

229,- EURO



KoMo-Handmühle

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. ■

Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110



Vejibag

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

Standard
27,90 x 30,50 cm

24,95 EURO

Lang
27,90 x 43,20 cm

28,95 EURO

AB
5,70 EURO



Buchweizen € 6,90
Dinkel € 6,30
Hartweizen € 5,90

Kartoffel € 6,70
Roggenvollkorn € 5,70

BROTGranulat

Inhalt: je 500 Gramm
Natürliche Zutat für Brot- und Brötchenteige.

- Stabilisiert weiche Teige,
- Erhöht die Wasseraufnahme
- Gibt mehr Volumen
- Verfeinert die Krume
- Steigert die Ausbundsicherheit

Dosierung:

Bis zu 5% der Mehlmenge kann durch Granulat ersetzt werden (Bei Kartoffel additiv zugegeben). Weiche Teige erhalten so mehr Stabilität. Die Wasseraufnahme des Teiges lässt sich jedoch auch um etwa 3-6% erhöhen.



199,- EURO

15,- EURO



Der Gär-Automat

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

mit dem digitalen Temperaturregler Einstellungen von 21°C bis 49°C in 1°C-Schritten zu Verfügung (Im Slowcooker-Modus lassen sich 30°C bis 90°C in 5°C-Schritten einstellen). Für aufgehenden Brotteig kann die Luftfeuchtigkeit durch Verwendung des mitgelieferten Wasserbehälters (typische Luftfeuchtigkeit 60-80 %) erhöht werden. Der Automat ist platzsparend zu verstauen und mit wenigen Handgriffen gebrauchsfertig aufgebaut.

Das **Zusatzgitter-Gestell** verdoppelt die Kapazität für den Brot & Taylor Gärautomaten Ideal für das Gären von zwei Backblechen oder vier Brotkästen. Backbleche sollten 36,2 cm x 30,5 cm oder kleiner sein. Brotkästen sollte etwa 8 cm hoch sein, sodass die maximale Höhe des gegärten Brotteiges 10 cm ist.

Zusätzliches Gärblech für den Brot & Taylor Gärautomaten.

Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110





19,95 EURO

Dauerback- und Grillmatte

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

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



42,- EURO

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: carbon
 Oberfläche: feingepließtet
 Klingenlänge: ca. 182 mm
 Gesamtlänge: ca. 305 mm

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

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



79,- EURO

Küchenthermometer

Das hochwertige Küchenthermometer verfügt über einen extrem dünnen Fühler. Dadurch entstehen praktisch keinerlei Schäden oder Löcher bei der Messung der Kerntemperatur von Broten, Fleisch und anderen Lebensmitteln. Der Fühler hat einen Durchmesser von nur 1,2 mm. Damit ist das Thermometer auch perfekt für die Messung der Teig-Temperatur während der Bearbeitung und der Gare geeignet. Sehr schnelle und genaue Messung der Temperatur von -50°C bis 320°C, großes, digitales Display, das sich automatisch mitdreht. 🍷



99,- EURO



Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110





Sauerteig

- ▶ 200 g Wasser (warm)
- ▶ 200 g Waldstaudenroggenmehl Vollkorn (alternativ Roggenmehl Vollkorn)
- ▶ 40 g Anstellgut
- ▶ 4 g Salz

Die Zutaten gründlich miteinander vermischen und abgedeckt bei Raumtemperatur 10-18 Stunden gehen lassen.

Brühstück

- ▶ 200 g Wasser (kochend)
- ▶ 40 g Altbrot
- ▶ 30 g Einkornflocken (alternativ Haferflocken)
- ▶ 8 g Salz

Altbrot, Flocken und Salz mit kochendem Wasser übergießen, alles gut verrühren und abgedeckt bei Raumtemperatur 4-18 Stunden quellen lassen.

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Brühstück
- ▶ 80 g Buttermilch (kalt)
- ▶ 70 g Wasser (warm)
- ▶ 200 g Roggenmehl 1370 (alternativ Roggenmehl 1150)
- ▶ 200 g Einkornmehl Vollkorn (alternativ Weizenmehl Vollkorn)
- ▶ 30 g Lievito Madre (alternativ 2 g Frischhefe)
- ▶ 10 g Honig
- ▶ 1-3 g Brotgewürz

Rezept & Bilder: Claudia Danner

@myclaud.kitchenstories



In früheren Zeiten wurden im Brot gern Lebensmittelreste verwendet, die nicht mehr aufgetischt werden sollten, dafür das Brot aber saftiger machten. Dazu zählten zum Beispiel Altbrot, Getreideflocken oder auch saure Milch. Neben dem kräftigen Waldstaudenroggen machen genau solche Zutaten das Brot zum Geschmackserlebnis.

☉ Alle Zutaten in eine Schüssel geben und 5 Minuten auf langsamer Stufe vermischen, dann weitere 4 Minuten auf schnellerer Stufe verkneten. Den Teig abgedeckt bei Raumtemperatur 60 Minuten gehen lassen.

☉ Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und zu einem runden Laib formen. Mit Schluss nach oben in ein bemehltes Gärkörbchen legen und zirka 90 Minuten zur Gare stellen.

☉ Den Ofen und einen gusseisernen Topf rechtzeitig auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

☉ Den Teigling in den heißen Topf stürzen, nach Belieben einschneiden und mit Deckel 15 Minuten anbacken. Die Temperatur auf 215°C reduzieren und weitere 40 Minuten backen. 10 Minuten vor Ende der Backzeit den Deckel entfernen. 🍴

Tipp

Topfbrote können auch freigeschoben gebacken werden, man sollte sie dann aber schwaden.

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆☆

Getreide: Waldstaudenroggen, Einkorn, Hafer, Roggen

Triebmittel: Sauerteig

Teigkonsistenz: kompakt

Zeit gesamt: 16-22 Stunden

Zeit am Backtag: 4 Stunden

Backzeit: 55 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 215°C
nach 15 Minuten

Schwaden: nein



Zeitraster

7.00 Uhr
Sauerteig ansetzen
Brühstück ansetzen

19.00 Uhr
Hauptteig ansetzen

20.15 Uhr
Brot formen

21.20 Uhr
Topf und Ofen
vorheizen

21.50 Uhr
Brot backen

22.50 Uhr
Brot fertig



Kartoffel-Fluffy

Rezept & Bilder: Dieter Stegmaier

 @brotschmiede_dieterstegmaier

 /brotschmiededieterstegmaier

Als reines Weizenbrot, das mit Aroma und Frischhaltung überzeugt, präsentiert sich das Kartoffel-Fluffy. Es ist auch nach vier bis fünf Tagen noch schön saftig und schmeckt hervorragend. Ein fest geführter Sauerteig und Olivenöl bringen Geschmack ins Brot, während Kartoffeln es fluffig machen.

● Alle Zutaten – außer das Olivenöl – 10 Minuten auf langsamer Stufe vermischen.

● Das Olivenöl dazugeben und den Teig weitere 7 Minuten auf schnellerer Stufe verkneten.

● Den Teig in eine leicht geölte Schüssel geben und 90 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen. Nach 30 und 60 Minuten jeweils einmal dehnen und falten. Anschließend abgedeckt für 20-24 Stunden in den Kühlschrank stellen.

● Den Teig bei Raumtemperatur 30 Minuten akklimatisieren lassen. Auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und zu einem runden Laib formen. Mit Schluss nach oben in ein bemehltes Gärkorbchen legen und bei Raumtemperatur zirka 45 Minuten zur Stückgare stellen.

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

● Das Brot aus dem Gärkorbchen stürzen, nach Belieben einschneiden und unter Schwaden in den vorgeheizten Ofen geben. Nach 10 Minuten die Temperatur auf 210°C senken und das Brot weitere 45-50 Minuten backen. 🍴



Zeitraster

21.00 Uhr

Sauerteig ansetzen
Brühstück ansetzen

Nächster Tag

9.00 Uhr

Hauptteig ansetzen

11.00 Uhr

Teig zur Gare in den
Kühlschrank stellen

Nächster Tag

8.00 Uhr

Teig formen

8.20 Uhr

Ofen vorheizen

8.50 Uhr

Brot backen

9.50 Uhr

Brot fertig

Vorteig

▶ 50 g Ayran (kalt, alternativ 20 g Joghurt, 30 g Wasser und eine Prise Salz)

▶ 70 g Weizenmehl 550

▶ 10 g Lievito Madre (alternativ anderes Anstellgut)

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



Brühstück

▶ 190 g Wasser (kochend)

▶ 100 g Altbrot (geröstet, gemahlen)

▶ 12 g Salz

Die Zutaten gründlich miteinander vermischen und abgedeckt 4-12 Stunden quellen lassen.



Hauptteig

▶ Vorteig

▶ Brühstück

▶ 150 g Ayran (kalt, alternativ 60 g Joghurt, 90 g Wasser und 3 g Salz)

▶ 25 g Wasser (kalt)

▶ 290 g Weizenmehl 550

▶ 120 g Weizenmehl 1050

▶ 240 g Kartoffeln (mehlig kochend, bereits gekocht, geschält und fein zerstampft)

Spätere Zugabe

▶ 14 g Olivenöl

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆☆

Getreide: Weizen

Triebmittel: Lievito Madre

Teigkonsistenz: fest, bindig

Zeit gesamt: 34,5-40,5 Stunden

Zeit am Backtag: 2,5 Stunden

Backzeit: 55-60 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 210°C

nach 10 Minuten

Schwaden: beim Einschließen

Winterpunsch-Aufstrich

Mit seiner fein-würzigen Note erinnert der Fruchtaufstrich an einen wärmenden Winterpunsch. Er passt nicht nur hervorragend aufs Brot, sondern eignet sich auch bestens, um Weihnachtsplätzchen zu füllen. Oder zur Verfeinerung von Kuchen, zum Beispiel eine Linzer Torte.

Teig-Zutaten

- ▶ 750 g Zwetschgen
- ▶ 200 g Äpfel
- ▶ 50 g Rotwein (alternativ Traubensaft)
- ▶ 2 g Lebkuchengewürz

Rezept & Bild: Michelle Deschner

 @mimipustebume

 /mimipustebume

- Die Zwetschgen entkernen und halbieren.
- Die Äpfel schälen, entkernen und in Würfel schneiden.
- Die gesamten Zutaten in einen Topf geben und für zirka 4-5 Minuten aufkochen. Anschließend alles pürieren.
- Eine Gelierprobe durchführen.
- Einweck-Gläser mit kochendem Wasser ausspülen, den weihnachtlichen Fruchtaufstrich abfüllen und die Gläser verschließen. ■

Tipp

Wer mag, kann den Aufstrich noch mit geriebener Orangenschale verfeinern.

GELIERPROBE

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

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 Frischbackenes die übrigen Zutaten und hebt das Geschmacks-Niveau.

Rezepte & Styling: Stevan Paul
Fotografie: Andrea Thode

Wurstsalat
„Alte Heimat“



Brotlasagne

Apfelschmaus
mit Zimt-Brot-
Crumble





Wurstsalat

„Alte Heimat“

Der traditionelle schwäbische Wurstsalat wird hier zum erweiterten Brotsalat, inspiriert von der italienischen „Panzanella“. Besonders gut gelingt er mit Laugengebäck, es eignet sich aber auch jedes andere würzige Brot.

🍷 Die Radieschen putzen, waschen, in Scheiben schneiden und leicht salzen.

🍷 Die Essiggurken in Scheiben schneiden.

🍷 Die Lyoner pellen, längs halbieren, in feine Scheiben schneiden.

🍷 Den Käse in feine Streifen schneiden.

🍷 Das Brot mundgerecht würfeln.

🍷 Aus Brühe, Essig, Olivenöl, 2 EL Gurkeneinleugsud und Senf eine Vinaigrette anrühren, mit Salz würzen.

🍷 Die Schalotte pellen und fein würfeln, Schnittlauch in Röllchen schneiden, Petersilie fein schneiden – alles unter die Vinaigrette rühren.

🍷 Alle vorbereiteten Zutaten in einer Schüssel mischen und 10 Minuten ziehen lassen.

🍷 Die Kresse vom Beet schneiden und untermengen, den Salat direkt servieren. 🍷

Zutaten (für 4 Portionen)

- ▶ 4 Radieschen
- ▶ Salz
- ▶ 2-4 Essiggurken (aus dem Glas)
- ▶ 250 g Lyoner Wurst
- ▶ 100 g Schnittkäse in Scheiben (zum Beispiel Gruyère, mittelalter Gouda oder Edamer)
- ▶ 150 g Laugengebäck (Brezeln oder Brötchen, das grobe Salz entfernen)
- ▶ 200 ml Gemüsebrühe (kalt)
- ▶ 4 EL Weißweinessig
- ▶ 3 EL Öl
- ▶ 2 EL Gurkeneinleugsud
- ▶ 1 EL Senf (scharf)
- ▶ 1 Schalotte
- ▶ einige Halme Schnittlauch
- ▶ einige Zweige Petersilie
- ▶ 1 Beet Gartenkresse

Zubereitungszeit



25 Minuten

Brotlasagne

Brot statt Pasta – so lautet hier das Motto. Die Brotlasagne ist eine echte Entdeckung. Gerade Kinder lieben die cremige-käsige Köstlichkeit, bei der die typischen Lasagne-Nudeln durch Weißbrot ersetzt werden.

Zutaten (für 4-6 Portionen)

- ▶ 12 Scheiben Kastenweißbrot (zirka 550 g)
- ▶ 300 g Tomaten
- ▶ 2 Kugeln Mozzarella
- ▶ 250 g Gouda (mitteltalt, alternativ Comté oder Gruyère)
- ▶ 40 g Parmesan
- ▶ 40 g Butter
- ▶ 150 ml Gemüsebrühe (kalt)
- ▶ 150 ml Milch (kalt)
- ▶ 150 ml Schlagsahne
- ▶ 25 g Weizenmehl 405 (alternativ Weizenmehl 550)
- ▶ 100 g Erbsen (aus der Tiefkühlung, aufgetaut)
- ▶ 150 g Kochschinken (in Scheiben)
- ▶ Salz
- ▶ 1 Prise Muskatnuss
- ▶ 1 Spritzer Zitronensaft
- ▶ Einige Blättchen Basilikum (optional)

● Die Brotscheiben im Toaster hellbraun anrösten.

● Die Tomaten und den Mozzarella in Scheiben schneiden und leicht salzen, beiseitestellen.

● Den Gouda grob, den Parmesan fein reiben.

● Die Butter in Würfel schneiden.

● Die Butterwürfel mit kalter Brühe, Milch, Sahne und Mehl mit dem Schneebesen in einem Topf rasch und gründlich verrühren. Bei mittlerer Hitze unter ständigem Rühren mit dem Schneebesen aufkochen. Unter Rühren 6-8 Minuten zu einer Béchamelsoße kochen.

● Die Béchamelsoße mit Salz, einem Hauch Muskat und einem Spritzer Zitronensaft abschmecken. Parmesan und Erbsen unterrühren.

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

● Abwechselnd Brot mit Schinken, Gouda, Tomatenscheiben und Mozzarella in eine Auflaufform schichten, dabei jede Schicht mit Béchamel beschöpfen und mit Béchamel sowie Gouda abschließen.

● Die Lasagne im heißen Ofen auf der mittleren Schiene zirka 25 Minuten goldbraun backen. Im ausgeschalteten und geöffneten Ofen noch zirka 5 Minuten ruhen lassen, dann mit Basilikum bestreut servieren. ■



Zubereitungszeit



25 Minuten

(plus zirka 30 Minuten Backzeit)





Apfelschmaus mit Zimt- Brot-Crumble

Dieser Apfelkuchen ohne Boden ist schnell gemacht und schmeckt am besten noch warm aus dem Ofen, mit einer Kugel Vanilleeis. Es ist der perfekte Abschluss eines leckeren (Brot-)Menüs, eignet sich aber auch als süßer Snack zwischendurch.

● Die Walnüsse fein hacken und mit Semmelbröseln, Butter, Mehl, Puderzucker, Zimt sowie einer kleinen Prise Salz mit dem Handrührgerät bröselig mischen. Kaltstellen. Die Quirle des Handrührgerätes fettfrei spülen.

● Die Äpfel schälen, vierteln und entkernen. Die Viertel mehrfach längs einschneiden, sodass die Apfelspalten aber noch zusammenhängen. Mit Zitronensaft marinieren.

● Den Ofen auf 200°C vorheizen.

● Die Eier mit dem Handrührgerät schaumig rühren, dann den Puderzucker langsam einrieseln lassen. Das Handrührgerät weiterlaufen lassen, erst das gesiebte Mehl untermixen, dann den Vanillejoghurt.

● Eine Kuchenbackform dünn mit Butter ausstreichen, mit etwas Mehl bestäuben und ausklopfen.

● Den Teig in die Form gießen, die Äpfel einsetzen. Im heißen Ofen 5 Minuten angaren, dann die Brösel darauf verteilen und weitere 15 Minuten goldbraun fertigbacken.

● Mit Puderzucker bestäubt zu Vanilleeis servieren. ▣

Zutaten (für 4-6 Portionen)

Für den Brot-Crumble

- ▶ 20 g Walnüsse
- ▶ 50 g Semmelbrösel
- ▶ 25 g Butter (kalt, in kleine Würfel geschnitten)
- ▶ 25 g Puderzucker
- ▶ ½ TL Zimt
- ▶ Salz

Für den Apfel-Schmaus

- ▶ 4 Äpfel
- ▶ Saft von ½ Zitrone
- ▶ 3 Eier (Größe M)
- ▶ 40 g Puderzucker (plus Puderzucker zum Bestäuben)
- ▶ 60 g Weizenmehl 405 (alternativ Weizenmehl 550)
- ▶ 100 g Vanillejoghurt
- ▶ Butter und Mehl für die Form
- ▶ Vanilleeis

Zubereitungszeit



25 Minuten

(plus 20 Minuten Backzeit)



Text: Julia Stüber

Wenn das **Party-Bufferet** krank machen kann

Glutenfrei feiern

Wo eine Party mit Zöliakie-Betroffenen gelingen soll, gibt es eine Menge zu beachten. Und zwar in beiden Richtungen: als Gastgeber oder Gastgeberin und auch als eingeladene Person mit einer Glutenunverträglichkeit. Eine klare Kommunikation macht dabei vieles einfacher. Neben allgemeinem Wissen, das man sich anlesen kann, helfen eine gute Vorbereitung, Nachfragen und miteinander Reden.

Die Kommunikation mit Gästen, die sich glutenfrei ernähren, kann zunächst ungewohnt und manchmal auch anstrengend sein. Jede Speise wird hinterfragt und deren Verträglichkeit angezweifelt. Wer Schwierigkeiten hat, dieses Verhalten einzuordnen, sollte sich Folgendes klarmachen: Wahrscheinlich fühlen sich Betroffene ebenso unwohl in der Situation wie die Person, die eingeladen hat.

Schmerzhafte Symptome

Viele Menschen, die mit Glutenunverträglichkeit bislang wenig bis keine Erfahrungen gemacht haben, wissen das Risiko für Betroffene

manchmal nicht gut einzuschätzen. Für an Zöliakie Erkrankte kann jede Fehleinschätzung jedoch schlimme Folgen haben. Statt missmutig oder genervt auf Nachfragen von Betroffenen zu reagieren, ist daher Verständnis gefragt. Und die Bereitschaft, voneinander zu lernen.

Zöliakie ist eine Autoimmunerkrankung, bei der der Verzehr von Gluten zu Entzündun-



Eine gute Kommunikation und vorherige Absprachen sind das A und O



Ob beim Kochen oder Backen – die Utensilien, die für glutenfreie und glutenhaltige Lebensmittel verwendet werden, müssen streng voneinander getrennt werden

gen der Darmschleimhaut führt. Gluten ist das Klebereiweiß, das in verschiedenen Getreidesorten enthalten ist, zum Beispiel in Weizen, Dinkel oder Roggen. Es reichen kleinste Mengen, um schmerzhafte Symptome auszulösen. Bereits ein Achtel Gramm Mehl, also gerade mal ein Krümel vom Brot, kann zur Ursache für langanhaltende und starke Beschwerden werden. Betroffene haben also allen Grund dazu, sehr vorsichtig zu sein und auf ihr Wohlergehen zu achten.

Über die Zöliakie hinaus gibt es weitere Unverträglichkeiten oder Allergien, die mit dem Verzehr von Backwaren im Zusammenhang stehen, zum Beispiel Weizenallergie, Glutensensitivität oder die sogenannte Weizen-abhängige-anstrengungsassoziierte Anaphylaxie, kurz WDEIA. Eine Übersicht über die verschiedenen Krankheitsbilder findet sich in **BROT**-Ausgabe 04/2021.

Entscheidend für das Gelingen einer gemeinsamen Feier ist, im Dialog mit Gästen vorab zu klären, was verzehrt werden kann und was nicht. Betroffene kennen ihre Diagnose und deren Folgen schließlich am allerbesten.



Selbst glutenfrei backen

Dies gilt vor allem für diejenigen, die für ihre Feier gerne selbst kochen und backen möchten. Gemeinsam lässt sich überlegen, wie und ob das überhaupt sicher in einer normalen Küche möglich ist. Dank seiner Klebeeigenschaften setzt sich Gluten sogar in kleinen Ritzen fest und wird dort gerne mal übersehen. Besonders in Handrührgeräten, aber auch auf Schneidebrettern und in Rührschüsseln kann es sich verstecken. Aus Sicht von Zöliakie-Betroffenen muss jeder noch so kleine Schritt bedacht werden, um eine Kontamination vollkommen auszuschließen.

Bei anderen Erkrankungen mag es genügen, beispielsweise für die Pasta einen anderen Kochlöffel zu benutzen als für eine glutenfreie Soße. Für an Zöliakie Erkrankte kann dies jedoch sehr schlimme Folgen haben. Sobald jemand also vorschlägt, sich lieber selbst mit glutenfreiem Brot und Kuchen zu versorgen und sich Speisen mitzubringen, ist das keineswegs als Kritik an den Kochkünsten der Gastgeberinnen und Gastgeber gemeint. Vielmehr ist es eine Möglichkeit, gesundheitlich auf Nummer sicher zu gehen.

Mit Zöliakie und auch mit anderen Krankheiten im Zusammenhang mit Gluten ist nicht zu spaßen. Experimente zu wagen ist daher

Der Verzehr von Gluten kann bei an Zöliakie Erkrankten starke Symptome auslösen

fehl am Platz. Besser ist es, ehrlich zuzugeben, wenn man sich die Zubereitung von glutenfreien Speisen nicht zutraut oder bei der Herstellung einen Fehler gemacht hat. Die meisten Betroffenen schätzen Ehrlichkeit und sind dankbar, dass man sich überhaupt Gedanken zu dem Thema gemacht hat. Gemeinsam lässt sich dann eine Lösung finden.

Wichtige Hilfsmittel

Statt als Gastgeber oder Gastgeberin selbst zu kochen und zu backen, besteht die Möglichkeit, auf fertige Produkte aus dem Supermarkt zurückzugreifen. Doch selbst dabei ist Vorsicht geboten. Das Wissen um Rohstoffe allein reicht oft nicht aus. So gilt Hafer zwar grundsätzlich als glutenfreies Getreide. Je nach Verarbeitung können herstellende Unternehmen dennoch nicht immer garantieren, dass es in der Fabrik keinerlei Kontamination mit Gluten gegeben hat.

Auch hier gilt: Betroffene wissen, worauf zu achten ist, und werfen idealerweise selbst einen Blick auf das Lebensmittel. Handyfotos von Zutatenlisten der gekauften oder verwendeten Produkte helfen dabei schnell weiter. Eine andere Option besteht darin, die Gäste, die sich glutenfrei ernähren müssen, direkt nach Produktvorschlägen zu fragen. So gibt es beispielsweise glutenfreies Brot oder Bier zu kaufen. Wer sicher gehen will, lässt sich ein paar Produkte nennen, die der- oder diejenige mag. Geschmäcker sind ja bekanntlich verschieden. Das gilt selbstverständlich auch bei einer glutenfreien Ernährung.



Vorsicht ist an Buffets geboten. Hier fallen häufiger Krümel von Brot in an sich glutenfreie Speisen

Beim Grillen bietet es sich an, Zöliakie-Betroffenen eine dafür geeignete Schale anzubieten, die man auf den Rost legen kann. Auf diese Weise können sie ihr Grillgut sicher mitgrillen, ohne dass es mit anderen Lebensmitteln in Berührung kommt. In Marinaden oder eingelegtem Fleisch und Gemüse ist ebenfalls häufig Gluten enthalten. Wer an dieser Stelle unsicher ist, bespricht die Auswahl vorab mit den Gästen, die auf eine glutenfreie Kost angewiesen sind. Auch hier sollte Verständnis vorherrschen, sobald eine Person gerne ihr eigenes Grillgut mitbringt.

Es empfiehlt sich in jedem Fall, glutenfreies Grillgut vor allen anderen Speisen auf den Grill zu legen. Auf diese Weise werden mögliche „Unfälle“ vermieden, zum Beispiel der Kontakt mit einer versehentlich kontaminierten Grillzange, geröstetem Brot oder falls jemand auf die Idee kommt, Grillgut mit Bier abzulöschen. Die Hitze zerstört das Gluten nicht, wie manche glauben.

Ein weiterer Tipp für Gastgeberinnen und Gastgeber: Um Betroffene mit Zöliakie nicht vor den Kopf zu stoßen, sollte man mit



Wer sicher gehen will, trennt die Buffet-Bereiche räumlich so weit voneinander, dass nicht mal eben versehentlich das Brotmesser „rüberwandert“



Wer Betroffenen mit Glutenunverträglichkeit etwas Gutes tun will, fragt sie am besten direkt nach ihren Lieblingsprodukten

CHECKLISTE GASTGEBER/IN

Gluten kann sich in jedem verarbeiteten Produkt befinden. Selbst Sojasoße, Brühwürfel oder Marinaden können Gluten enthalten. Die folgenden Tipps helfen, Lebensmittel glutenfrei zuzubereiten:

- Die Zutatenliste durchlesen; dabei auf die 15 Zutaten achten, die nicht vorkommen dürfen (siehe Infokasten auf Seite 100)
- Zu Produkten mit der Aufschrift „glutenfrei“ oder der durchgestrichenen Ähre greifen
- Zutatenlisten mit dem Handy fotografieren, sodass diese später noch geprüft werden können, falls die Verpackung schon weggeworfen wurde
- Glutenfreie Produkte grundsätzlich getrennt von anderen aufbewahren und anrichten
- Glutenfreies Brot nicht im selben Toaster toasten wie glutenhaltiges
- Glutenfreies Brot nicht in den selben Brotkorb legen wie glutenhaltiges
- Nudeln separat kochen, nicht mit dem Löffel von einem zum anderen Topf wechseln
- Weizenmehl zum Andicken von Soßen, Suppen oder Fonds durch Reis- oder Maismehl ersetzen
- Schneidebretter zum Beispiel mit Alufolie überdecken
- Produkte mit oder aus Mais, Hafer, aber auch mit Chia, Amaranth und Quinoa genau prüfen; die Produkte müssen als „glutenfrei“ gekennzeichnet sein, da sie zwar von Natur aus kein Gluten enthalten, aber durch die Verarbeitung mit normalem Getreide kontaminiert werden können
- Hülsenfrüchte wie Linsen sollten ebenfalls mit dem „Glutenfrei“-Siegel gekennzeichnet werden, da beim Anbau häufig Weizen als Rankhilfe genutzt wird



Oft bietet es sich aus Sicht der Gäste an, der Einfachheit halber einfach selbst glutenfreie Speisen mitzubringen

Witzen über die Krankheit lieber vorsichtig sein. Zöliakie hat sich niemand ausgesucht und Betroffene bekommen so manches Mal Sprüche darüber zu hören. Besser als ein verunglückter Scherz ist die aufrichtige Freude darüber, trotz der organisatorischen Hindernisse miteinander feiern zu können.

Catering-Firmen und Restaurants

Nach wie vor kann man sich nicht darauf verlassen, dass sich Restaurants und Catering-Firmen mit dem Thema glutenfreie Kost wirklich auskennen. Wer Gäste mit einer Glutenunverträglichkeit in die Gastronomie einlädt oder Essen von dort kommen lässt, kann anbieten, dass Zöliakie-Betroffene mit der Firma oder dem Restaurant direkten Kontakt aufnehmen, um sich ein Bild zu machen. Wer an Zöliakie erkrankt ist, entwickelt mit der Zeit oft ein erstaunlich gutes Gefühl dafür, ob sich Menschen wirklich mit der Thematik auskennen und beschäftigt haben.

Falls die Catering-Firma beziehungsweise das Restaurant und der Gast nicht übereinkommen, muss klar kommuniziert werden, dass sich die Person selbst etwas zu essen mitbringen und über ihr Essen keine Rechnung ausgestellt wird. Das löst zwar manchmal Diskussionen aus, die Gesundheit sollte jedoch immer Vorrang haben.

Wer eine Catering-Firma beauftragen will, die sich definitiv mit glutenfreiem Essen auskennt, muss sich auf eine längere Suche gefasst machen. Vielen ist der Aufwand zu groß oder das Wissen darüber zu gering, um glutenfreie Speisen anzubieten. Hier empfiehlt es sich, entweder bei der Deutschen Zöliakie Gesellschaft (unter dzg-online.de) oder in den diversen Facebook-Gruppen von Zöliakie-Betroffenen nach Erfahrungsberichten zu fragen. Für die Restaurant-Suche lohnt sich der Blick auf diese Website: allergenxp.de/home. Dort werden von anderen Betroffenen hilfreiche Restauranttipps, Erfahrungen und Bewertungen gesammelt.

Tipps für Betroffene

Aber nicht nur auf der Seite der Einladenden ist Fingerspitzengefühl gefragt, auch Gäste mit Zöliakie sollten sich in die Lage ihres Gegenübers hineinversetzen. Schließlich wollen sie den Gastgeber oder die Gastgeberin ja ebenfalls nicht vor den Kopf stoßen. Wichtig ist, miteinander ins Gespräch kommen und über Zöliakie aufzuklären, auch wenn dies manchmal Geduld erfordert.

Eine sachliche Schilderung der Fakten genügt meist schon. Durch persönliche Erfahrungen kann der Bericht noch anschaulicher werden. Viele Menschen, die nicht von der Krankheit betroffen sind, können sich überhaupt nicht vorstellen, was ein „Glutenunfall“ wirklich bedeutet, also welche Auswirkung der kleinste Krümel für Betroffene hat. Auf Fragen nicht gereizt, sondern mit Nachsicht zu reagieren, kostet Energie. Für die Zukunft lohnt sich diese Investition aber allemal.

Wenn deutlich wird, dass der Gastgeber oder die Gastgeberin wirklich bemüht ist, Erkrankten etwas Gutes zu tun, bietet es sich an, konkrete Vorschläge zu machen. So kann man beispielsweise den Tipp geben, ein glutenfreies Lieblingsbrot und -getränk zu besorgen. Um auf der sicheren Seite zu sein, hilft auch der freundliche Hinweis darauf, Verpackungen von Produkten vorsorglich aufzuheben oder die Zutatenliste zu fotografieren.

Klare Abgrenzung

Vorsicht ist bei Buffets geboten. Hier kommt es häufig zu Kontaminationen, weil Teller mit Brot oder Brotkörbchen über die Speisen

15 GLUTENHALTIGE ZUTATEN ZUM VERMEIDEN

- Bulgur
- Dinkel
- Einkorn
- Emmer
- Gerste (sowie Gerstenmalz und Gerstenmalzextrakt)
- Gluten
- Grünkern
- Hafer
- Kamut
- Roggen
- Seitan
- Triticale
- Weizen (auch Weizenstärke)
- Weizeneiweiß
- Weizenkleber

gehalten werden und so Krümel herunterfallen können. Auch Besteck wandert gerne mal von einer Speise zur anderen, sodass eigentlich glutenfreie Speisen dann doch kontaminiert sind. An Zöliakie Erkrankte sollten sich als Erste vom Büffet bedienen.

Möglich ist es auch, mit dem Gastgeber oder der Gastgeberin abzusprechen, dass es von vornherein einen eigenen kleinen Bereich gibt, der als glutenfrei gekennzeichnet und räumlich von glutenhaltigen Speisen getrennt ist. Bestenfalls stellt man die Speisen möglichst so weit auseinander, sodass man nicht mal eben versehentlich ein Brotmesser „falsch“ ablegen kann. Eine deutliche Kennzeichnung beider Bereiche, zum Beispiel mit Fähnchen oder Schildern, sorgt für die notwendige Orientierung.

Falls gegrillt wird, kann man eine eigene Grillschale und Grillzange dabei haben. Überhaupt sollten Personen, die sich unsicher fühlen, lieber einmal mehr ihr eigenes Essen mitbringen. Dass man etwas anderes isst als andere Gäste, wird vermutlich auffallen. Also muss man stets darauf gefasst sein, darauf angesprochen zu werden.

Wer keine Lust auf Absprachen oder Diskussionen hat, kann sich einfach vor der Party zuhause richtig satt essen. Für den kleinen Hunger zwischendurch genügt ein Snack, wie zum Beispiel ein glutenfreier Riegel, den man schnell und unauffällig essen kann. Auf der Party greift man dann lediglich zu glutenfreien Getränken.



Handyfotos von Zutatenlisten sind eine große Hilfe

Sonderfall Kindergeburtstag

Wenn ein Kind von Zöliakie oder Glutenunverträglichkeit betroffen ist, macht dies den Besuch von Feiern noch schwieriger. Kinder achten nicht unbedingt darauf, ob jemand streng glutenfrei essen muss. Und so landen verkrümelte Hände schon mal in der Schüssel mit den glutenfreien Snacks. Am Besten ist es, sich mit den Eltern beziehungsweise – bei einer Schulfeier – mit der Schule abzusprechen.

Im Gespräch wird dann geklärt, was es bei der Feier geben soll. Viele glutenhaltige Speisen können in einer glutenfreien Variante „nachgebaut“ werden. Die Speisen werden dann sicher verpackt, sodass das betroffene Kind direkt aus der mitgebrachten Dose essen kann. Eltern und Lehrpersonen sollten in jedem Fall ein Auge darauf haben, dass es nicht zu einer Kontamination kommt.

GLUTENFREIE SNACKIDEEN

- Minifrikadellen oder -würstchen beziehungsweise -salami (ohne Paniermehl)
- Trockenfleisch
- Käsespieße
- Portioniertes Obst und Gemüse
- Nüsse
- Minimuffins oder verpackte Küchlein (als „glutenfrei“ gekennzeichnet)
- Kekse und Kräcker (als „glutenfrei“ gekennzeichnet)
- Müsliriegel (als „glutenfrei“ gekennzeichnet)
- Reiswaffeln (als „glutenfrei“ gekennzeichnet, auch in Riegelform mit etwas Schokolade)
- Salzbrezel (als „glutenfrei“ gekennzeichnet)
- Kleine Tütchen mit Gummibärchen und Ähnliches



Kinder achten häufig deutlich weniger darauf, ob glutenfreie und glutenhaltige Lebensmittel durcheinander kommen. Eltern sollten hier besonders wachsam sein



Bis Restaurants und Catering-Firmen gefunden sind, die sich mit glutenfreier Kost auskennen, kann es dauern

Die eigene glutenfreie Party

Aus Sicht von Betroffenen ist es am einfachsten, als Gastgeberin oder Gastgeber selbst entscheiden zu können, ob eine Feier komplett glutenfrei gestaltet wird oder ob es dort auch glutenhaltige Speisen geben soll. Egal wie man sich entscheidet, wichtig ist auch hier wieder die Kommunikation mit den Gästen.

Wer eine rein glutenfreie Party ausrichtet, muss das im Vorfeld allen Gästen mitteilen. Dazu zählt auch, deutlich zu machen, dass niemand glutenhaltiges Essen mitbringen darf. Sicherlich wird der eine oder die andere darüber nicht glücklich sein. Insofern ist auch hier wieder Fingerspitzengefühl in der Kommunikation gefragt. Viele merken am Ende allerdings gar nicht, dass das leckere Essen glutenfrei ist und freuen sich einfach darüber, gemeinsam zu feiern.

Fazit

Glutenfrei zu feiern, ist eine Herausforderung – sowohl für Gäste als auch für Gastgeber und Gastgeberinnen. Trotzdem sollte sich niemand die Freude an gemeinsamen Festivitäten nehmen lassen. Wichtig ist es, gut vorbereitet zu sein und miteinander ins Gespräch zu kommen. Je besser die Verständigung im Vorfeld gelingt, desto eher ist ein reibungsloser Ablauf für alle Beteiligten garantiert. Und einer gelungenen Party steht dann nichts im Wege. ■



Auch wenn es für viele Menschen ungewohnt ist, sich mit glutenfreiem Essen auseinanderzusetzen, so steht doch das unbeschwerte Zusammensein im Mittelpunkt

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



*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
0 79 33 / 91 40-0
www.manz-backtechnik.de



Vollmohn- Brot

Schwierigkeitsgrad: ★★★★★

Getreide: glutenfrei

Triebmittel: Sauerteig

Teigkonsistenz: mittelfest

Zeit gesamt: 25-27 Stunden

Zeit am Backtag: 10 Stunden

Backzeit: 35 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 210°C
nach 10 Minuten

Schwaden: beim Einschließen,
nach 10 Minuten ablassen

Rezept & Bilder: Alexandra Wojna

 @glutenfrei geniessen.at

 /glutenfrei geniessen

 glutenfrei geniessen.at

Das Brot ist ein Genuss für Mohnliebhaber, mit einem Bratapfel-Mohn-Sauerteig und einer kräftigen Mohnkruste, die vor dem Backen tief eingeschnitten wird. Die verschiedenen Mehle sorgen für Aroma, das Leinsamenmehl zusätzlich für eine dunkle und saftige Krume. Ganz gleich, ob mit süßem oder pikantem Belag, dieses Brot passt zu allem.



Bratapfelmus

- ▶ 1/4 Apfel (zirka 70 g, entkernt, geschält)
- ▶ 5-10 g Honig

Den Apfel mit Honig bepinseln. 30 Minuten bei 220°C Ober-/Unterhitze backen. Mit einer Gabel zerdrücken. Zirka 60-120 Minuten auskühlen lassen.



Sauerteig

- ▶ Bratapfelmus
- ▶ 70 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 35 g Buchweizenmehl Vollkorn
- ▶ 35 g Quinoamehl
- ▶ 20 g Mohn (geröstet)
- ▶ 20 g Anstellgut

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



Hauptteig*

- ▶ Sauerteig
- ▶ 470 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 100 g Reismehl Vollkorn
- ▶ 100 g Buchweizenmehl Vollkorn
- ▶ 60 g Leinsamenmehl
- ▶ 50 g Hafermehl (glutenfrei)
- ▶ 50 g Maismehl
- ▶ 50 g Maisstärke
- ▶ 50 g Kartoffelstärke
- ▶ 20 g Flohsamenschalen (gemahlen)
- ▶ 10 g Leinsamenschrot
- ▶ 20 g Rapsöl
- ▶ 10 g Honig
- ▶ 11 g Salz

Topping

- ▶ 40 g Blaumohn
- ▶ 10 g Reismehl

*Ergibt 2 Stück

☉ Alle Zutaten 4 Minuten auf langsamer Stufe vermischen, dann 10 Minuten quellen lassen.

☉ Den Teig weitere 4 Minuten auf schnellerer Stufe verkneten. Abgedeckt bei Raumtemperatur 60 Minuten gehen lassen.

☉ Den Teig auf eine Arbeitsfläche geben und in zwei gleich große Portionen à zirka 610 g teilen. Beide Teiglinge rundwirken.

☉ Die Oberseite der Teiglinge mit Wasser besprühen oder bepinseln und beide Teiglinge in Blaumohn wälzen.

☉ Die Teiglinge mit Schluss nach oben in je ein rundes Gärkorbchen geben und abgedeckt bei Raumtemperatur 60 Minuten gehen lassen. Dann für 8 Stunden in den Kühlschrank stellen.

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

☉ Die Teiglinge aus dem Gärkorbchen stürzen. Die eine Hälfte jedes Teiglings mit einem Teller abdecken. Die freibleibende Seite mit Wasser besprühen und mit Reismehl bemehlen (siehe Bild). Entlang der Mohn-Mehl-Grenze 1 cm tief einschneiden.

☉ Die Teiglinge unter kräftigem Schwaden in den Ofen geben. Nach 10 Minuten den Schwaden ablassen und die Temperatur auf 210°C reduzieren. Weitere 40 Minuten fertig backen. 🍳



Zeitstraster

18.00 Uhr
Bratapfel backen
Mohn anrösten

20.00 Uhr
Sauerteig ansetzen

Nächster Tag
08.00 Uhr
Hauptteig ansetzen

09.30 Uhr
Brot formen

18.30 Uhr
Ofen vorheizen

19.00 Uhr
Backen

19.50 Uhr
Brot fertig

Sauerteig-Cracker

Teig-Zutaten*

- ▶ 100 g Wasser (kalt)
- ▶ 250 g Sauerteig-Reste (glutenfrei)
- ▶ 110 g Reismehl
- ▶ 50 g Tapiokastärke (alternativ Kartoffelstärke)
- ▶ 30 g Olivenöl
- ▶ 10 g Leinsamenmehl
- ▶ 10 g Flohsamenschalen
- ▶ 4 g Salz

Topping

- ▶ 1 Ei (Größe M, alternativ Olivenöl)
- ▶ 30 g Sesam (alternativ gemischte Saaten, grobes Salz oder Käse)

*Ergibt 30-40 Stück

Rezept & Bild: Ursula Hauszer

 @loquita11



Tipp

Der Teig kann auch über Nacht im Kühlschrank ruhen, ohne an Qualität oder Geschmack zu verlieren. Wer besonders knusprige Cracker möchte, bestreicht sie mit raffiniertem Olivenöl statt Ei und lässt sie etwas länger im Backofen.

Was macht man mit Teigresten, die beim Auffrischen eines Sauerteigs anfallen? Es gibt zahlreiche Tipps zur Weiterverwendung. Zum Beispiel können sie als Aromageber dem Teig für Brote beigefügt oder zu köstlichen Crêpes werden. Oder aber zu knusprigen und vielfältig kombinierbaren Sauerteig-Crackern.

Schwierigkeitsgrad: ★★☆☆

Getreide: glutenfrei

Triebmittel: Sauerteig

Teigkonsistenz: fest

Zeit gesamt: 2 Stunden

Zeit am Backtag: 2 Stunden

Backzeit: 20 Minuten

Starttemperatur: 180°C

Backtemperatur: 180°C

Schwaden: nein

● Die Zutaten gründlich miteinander vermischen und abgedeckt bei Raumtemperatur 60 Minuten gehen lassen.

● Rechtzeitig den Ofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

● Den Teig auf ein leicht bemehltes Blech geben und dünn zu einem Rechteck von zirka 40 x 30 cm ausrollen. In längliche, zirka 1 cm breite Streifen schneiden.

● Das Ei verquirlen und die Teiglinge damit bestreichen. Mit Sesam bestreuen.

● Das Blech mit den Teiglingen in den Ofen geben. 20 Minuten knusprig backen. ■

Rezept & Bilder: Nadine Metz

 @glutenfreibackenmitnadine /glutenfreibackenmitnadine glutenfrei backen mit Nadine

Tipp
Die Focaccia schmeckt auch toll mit Oliven, frischen oder getrockneten Tomaten sowie verschiedenen anderen Kräutern.



Teig-Zutaten

- ▶ 750 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 1 g Frischhefe
- Spätere Zugabe
- ▶ 250 g Vollkornreis
- ▶ 100 g Hirsemehl
- ▶ 100 g Buchweizenmehl Vollkorn
- ▶ 30 g Flohsamenschalen (gemahlen)
- ▶ 20 g Goldleinsaat (gemahlen)
- ▶ 10 g Kräutersalz (alternativ Salz)
- ▶ 10 g Olivenöl

Topping

- ▶ 10 g Olivenöl
- ▶ 1-3 g Salz (grob)
- ▶ 4 Zweige Rosmarin (grob geschnitten)

Tipp 1 g Frischhefe entspricht etwa der Größe einer Kichererbse.

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	glutenfrei
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	weich
Zeit gesamt:	13 Stunden
Zeit am Backtag:	40 Minuten
Backzeit:	30 Minuten
Starttemperatur:	220°C
Backtemperatur:	220°C
Schwaden:	nein



Rosmarin-Focaccia

Bei einer Focaccia handelt es sich um ein Fladenbrot aus Hefeteig, das man vor dem Backen mit reichlich Olivenöl benetzt und mit Salz bestreut. Gerne wird sie mit weiteren Zutaten belegt. Das Brot lässt sich dank seiner langen Teigführung prima vorbereiten. Das macht die Focaccia zum idealen Begleiter für Partys auf dem Büffet oder auch einfach nur mit einem knackigen Salat zum Abendessen.

- Die Hefe mit dem Wasser verrühren.
- Die trockenen Zutaten gründlich miteinander vermischen und dann mit dem Hefewasser verrühren, sodass ein homogener Teig entsteht. Abgedeckt bei Raumtemperatur 10 Minuten ruhen lassen.
- Den Teig drei- bis viermal mit feuchten Händen dehnen und falten. Anschließend rundformen.
- Den Boden einer Springform (zirka 28 cm) reichlich mit Olivenöl benetzen. Den Teig mit Schluss nach unten in die Form geben und flach in die Form drücken. Abgedeckt bei Raumtemperatur 12 Stunden gehen lassen.
- Rechtzeitig den Ofen auf 220°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Den Teig auf der Oberfläche mit reichlich Olivenöl bestreichen. Mit den Fingern einige Löcher in den Teig drücken. In den Löchern Rosmarin verteilen. Den Teig mit grobem Salz bestreuen und in den vorgeheizten Ofen geben. 30 Minuten backen. 🍴

Vorteig

- ▶ 180 g Hefewasser (alternativ 1 g Frischhefe und 180 g Wasser)
- ▶ 180 g Reismehl Vollkorn

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



Quellstück

- ▶ 80 g Wasser (kochend)
- ▶ 30 g Trockentomaten (ungeölt)

Die Trockentomaten mit kochendem Wasser übergießen. Nach 10 Minuten das Wasser abgießen und abkühlen lassen. Die eingeweichten Tomaten in kleine Stückchen schneiden.



Hauptteig*

- ▶ Quellstück
- ▶ 200 g Reisdrink (kalt)
- ▶ 100 g Hefewasser (alternativ 1 g Frischhefe und 100 g Wasser)
- ▶ 150 g Kartoffelmehl
- ▶ 125 g Buchweizenmehl Vollkorn
- ▶ 125 g Reismehl Vollkorn
- ▶ 80 g Walnüsse (grob gehackt)
- ▶ 40 g Reissirup
- ▶ 20 g Kichererbsenmehl
- ▶ 15 g Flohsamenschalen (gemahlen)
- ▶ 12 g Salz

Spätere Zugabe

- ▶ 50 g Sonnenblumenöl

Für das Wasserbad

- ▶ 300 g Wasser (kalt)
- ▶ 20 g Rohrohrzucker

Topping

- ▶ 30 g Reisdrink

*Ergibt 10 Stück



Walnuss-Bagel

Bagels schmecken immer. Kleine Extras setzen aromatische Akzente. So lassen sich die Kringel ganz einfach für besondere Gelegenheiten anpassen. In diesem Fall sorgen Walnüsse und Trockentomaten für ein herzhaft-rustikales Aroma, das herbstlich stimmt und Abwechslung auf den Tisch bringt.

☉ Die trockenen Zutaten gut vermischen, dann zusammen mit den anderen Zutaten auf den Vorteig geben und alles mit einem Handrührer (Mixer) für etwa 5 Minuten vermischen.

☉ Das Sonnenblumenöl zugeben und den Teig weitere 3 Minuten verkneten, bis er eine glänzend-glatte Konsistenz hat. Anschließend den Teig abgedeckt bei Raumtemperatur 8 Stunden gehen lassen.

☉ Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und 10 gleich große Teiglinge à zirka 120 g abstecken.

☉ Alle Teiglinge zu Bagels formen. Dazu zunächst zu Kugeln formen und diese leicht plätten. Mit dem bemehlten Stiel eines Holzlöffels mittig ein





Tipp
 Das Buchweizenmehl kann durch helles Reismehl ersetzt werden. In diesem Fall erhalten die Bagels einen feineren, weniger rustikalen Geschmack.

Rezept & Bilder: Stephanie Reineke

@mein_glutenfreier_backofen

/meinglutenfreierbackofen

meinglutenfreierbackofen.blog

Loch in jeden Teigling stechen. Abgedeckt mit einem feuchten Tuch 30 Minuten ruhen lassen.

- ☉ Den Backofen auf 230°C Umluft vorheizen.
- ☉ Für das Wasserbad das Wasser mit dem Rohrohrzucker in einem Topf zum Kochen bringen. Die Teiglinge hineingeben und etwa 30 Sekunden pro Seite köcheln lassen. Im Verlauf dieser Zeit steigen sie an die Oberfläche.
- ☉ Die Bagels abtropfen und auf ein Backblech geben. Mit Reisdrink einstreichen und in den vorgeheizten Backofen geben. 10 Minuten backen. Die Temperatur auf 200°C reduzieren und weitere 15 Minuten backen. ■

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	glutenfrei
Triebmittel:	Hefewasser
Teigkonsistenz:	fest
Zeit gesamt:	21,5 Stunden
Zeit am Backtag:	9,5 Stunden
Backzeit:	25 Minuten
Starttemperatur:	230°C
Backtemperatur:	200°C nach 10 Minuten
Schwaden:	nein

Zeitraster

20.00 Uhr
Vorteig ansetzen

Nächster Tag
8.00 Uhr
Hauptteig ansetzen

16.20 Uhr
Teig formen
Backofen vorheizen

16.50 Uhr
Backen

17.15 Uhr
Bagels fertig



Schnelles Dinkel-Skyn-Kamutchen

Gutes Brot braucht Zeit. Aber manchmal muss es eben schnell gehen. Da kann kein Sauerteig aufgefrischt, kein Vorteig 12 Stunden zur Reife gestellt werden. Auch innerhalb von 3 Stunden lässt sich ein leckeres Brot auf den Tisch bringen, das mit vollem Aroma überzeugt. Das aromatische Kamutmehl gepaart mit Skyr und Gewürzen verleiht dem Brot seinen besonderen Charakter.



Tipp
Kamutmehl findet sich im Handel häufig unter der Bezeichnung Khorasan.

Hefeansatz

- ▶ 270 g Wasser (warm)
- ▶ 12 g Zuckerrübensirup (alternativ Honig)
- ▶ 10 g Frischhefe

Die Zutaten gründlich miteinander vermischen und 15 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur stehen lassen.

Hauptteig

- ▶ Hefeansatz
- ▶ 400 g Dinkelmehl 1050
- ▶ 100 g Kamutmehl Vollkorn (alternativ Weizenmehl Vollkorn)
- ▶ 100 g Skyr (alternativ Quark oder Griechischer Joghurt)
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 1-3 g Brotgewürz (optional)

Rezept: Edda Klepp
Bild: Jan Schnare

 @brotmagazin

 /brotmagazin

● Alle Zutaten auf langsamer Stufe 10 Minuten vermischen, dann 5 Minuten auf schnellerer Stufe verkneten. Abgedeckt bei Raumtemperatur 60 Minuten gehen lassen. Nach 30 Minuten einmal dehnen und falten.

● Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und zu einem runden Laib formen. Mit Schluss nach unten in ein bemehltes Gärkorbchen geben und 45 Minuten gehen lassen.

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

● Den Teigling aus dem Gärkorbchen stürzen, vorsichtig einschneiden und unter Schwaden in den vorgeheizten Ofen geben. Die Temperatur sofort auf 230°C reduzieren. 45 Minuten backen. ■

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	Dinkel, Kamut
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	weich, bindig
Zeit gesamt:	3 Stunden
Zeit am Backtag:	3 Stunden
Backzeit:	45 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	230°C sofort
Schwaden:	beim Einschließen

Endlich wieder lieferbar



Bekömmlich,
lecker,
einfach



Raffinierte
Rezepte
von Herzhaft
bis Süß

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

Glossar

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

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

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

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



Ausstoßen – Während oder nach der Stockgare wird der Teig entweder mehrmals mit der Faust ausgestoßen/eingedrückt oder kurz kräftig durchgeknetet. Ziel ist das Entgasen und Straffen des Teiges. Dabei wird einerseits das Gargas Kohlenstoffdioxid gegen Luftsauerstoff ausgetauscht, der für die

Vermehrung der Hefen benötigt wird. Andererseits verteilen sich die Gasbläschen gleichmäßiger im Teig – eine Grundvoraussetzung für eine gleichmäßige Porung im Brot.

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

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

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

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

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

Einschießen – Einführen des Teiglings in den Backofen mit Hilfe eines Schießers (Backbrett). Als Trennmittel zwischen Schiesser und Teigling wird häufig Grieß oder Schrot verwendet. In der Heimbäckerei kann auch Backpapier als Unterlage genommen werden. Beim Einschießen wird die Trägheit des Teiglings genutzt. Der Teigling wird mit dem Backbrett auf den Backstein geführt. Mit einem schnellen Ruck wird das Backbrett aus dem Ofen gezogen, sodass der Teigling durch die Trägheitskraft auf dem Backstein liegen bleibt.



<http://tinyurl.com/y9xrqr8> Video

Falten – siehe **Dehnen und Falten**



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

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

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

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

Infinity-Vorteig – Ein Vorteig, der Hefe über einen langen Zeitraum haltbar macht. Angesetzt wird er mit 0,1 g Frisch- oder einer Prise Trockenhefe, 150 g Wasser sowie 250 g Mehl. In **BROT**-Rezepten handelt es sich um Weizenmehl 1050, wobei der Teig aber mit jedem beliebigen Mehl geführt werden kann. Bei jedem Einsatz wird ein kleiner Teil des Teiges zurückbehalten und wieder mit Wasser und Mehl im selben Verhältnis (37,5%/62,5%) aufgefrischt. Beim ersten Mal lässt man ihn 1 Stunde lang anspringen, bevor er abgedeckt im Kühlschrank weiter reift, nach dem Auffrischen kann er jeweils direkt in den Kühlschrank. Einsatzbereit ist der Vorteig immer dann, wenn er sein Volumen etwa verdoppelt hat. Einen ausführlichen Bericht zum Infinity-Vorteig gibt es in **BROT**-Ausgabe 4/20.

Japanische Hefe (Tennen Kobo Okoshi) – Triebmittel nach einem Rezept von Satoko Shinke, vorgestellt in **BROT** 6/2017. Dabei wird zunächst ein Rosinenhefewasser angesetzt. In einer Zwischenstufe fermentiert man dieses Hefewasser gemeinsam mit Naturjoghurt. Im letzten Schritt kommt Mehl dazu. Es entsteht ein fester Teig mit mildem Aroma, dessen Eigenschaften einer Lievito Madre ähneln. Durch sie kann die Japanische Hefe jederzeit in gleicher Menge ersetzt werden.

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

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

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

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



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

Quellstück – Gehört zur Gruppe der Nullteige innerhalb der Vorstufen und dient der Verquellung größerer Brotbestandteile (Körner, Saaten, Schrote). Für ein Quellstück werden die festen Bestandteile im Verhältnis von 1:1 bis 1:2 mit 10 bis 30°C warmem Wasser vermischt und 4 bis 20 Stunden quellen gelassen. Eine zeitlich manchmal passendere Variante ist das Verquellen über 8 bis 12 Stunden bei 6 bis 8°C im Kühlschrank. Um enzymatischen Abbau und Fremdgärung zu verhindern, kann die Salzmenge des Hauptteiges mit in das Quellstück eingerührt werden. Würden die groben Bestandteile nicht verquollen, würden sie Wasser aus dem Teig ziehen, er würde zunehmend fester und trockener werden. Üblicherweise sollte die im Quellstück zu verquellende Menge nicht mehr als 30 bis 60 Prozent der Gesamtmenge der Getreideerzeugnisse ausmachen. Je wärmer das Wasser, umso mehr kann davon gebunden werden.

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

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

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



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

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

Schluss – Die Seite des Brotes, auf der der Teig beim Formen zusammengeführt wird. Der Laib kann mit Schluss nach oben gebacken werden, was zu einem eher wilden Aufreißen der Kruste entlang der Nahtstellen führt. Soll das Brot eine glatte Oberfläche aufweisen oder an definierten Einschnitt-Stellen aufreißen, wird es mit Schluss nach unten gebacken. Im Gärkorb muss es jeweils anders herum liegen, da es zum Backen aus diesem gestürzt wird.



Schwaden, auch Dampf, bedampfen – Der Dampf wird sofort nach dem Einschleusen des Teiglings oder verzögert in den Ofen gegeben. Er kondensiert auf der Teighaut, lässt dank der freiwerdenden Wärme das darin enthaltene Eiweiß sofort gerinnen und die Stärke verkleistern (Voraussetzung für eine knusprige Kruste). Dennoch hält der Dampf die Teighaut kühl, elastisch und ermöglicht so einen optimalen Ofentrieb und ein optimales Gebäckvolumen. Außerdem löst sein Kondenswasser die aus der Mehlstärke entstandenen Dextrine, die später zu einem attraktiven Brotglanz führen.

<http://tinyurl.com/ycob6dfu>  Video

Starter – siehe **Anstellgut**

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

Stockgare – Die Gärphase des kompletten, ungeformten Teiges nach dem Kneten und vor dem Aufarbeiten. Je nach Dauer der anschließenden Zwischengare und Stückgare sowie der zu erreichenden Gebäckeseigenschaften wird die Dauer der Gärphase festgesetzt. Während der Teigruhe reift der Teig. Insbesondere verquellen die Mehlbestandteile, bei kleberwirksamen Mehlen entspannt das Klebergerüst. Außerdem wird die Reifung auch zum Vermehren der Hefen genutzt. Ideale Temperaturen für die Stockgare liegen zwischen 20° und 28°C. Bei kühler Führung (4-10°C) über mindestens 6-8 Stunden entstehen während der Stockgare vielfältige Aromen. Die Stockgare kann durch Teigbearbeitungsprozesse (Dehnen und Falten) unterbrochen werden, um den Teig zu straffen, die Teigtemperatur zu vergleichmäßigen, die Teigstruktur zu beeinflussen und durch Gasaustausch den Stoffwechsel der Hefen anzuregen.



Stückgare – Die letzte Ruhe- und Reifephase vor dem Backen. Abhängig von der Dauer der Stückgare entwickeln sich Ofentrieb und Krumenstruktur. Die Stückgare wird entweder mit Schluss nach unten oder mit Schluss nach oben durchgeführt. Die Gartemperatur sollte idealerweise höher sein als bei der Stockgare. Während der Stückgare wird die Hefegärung angestrebt (optimal zwischen ca. 28-35°C). Für den Heimbäckerbereich sind 24-26°C ausreichend, um ansprechende Ergebnisse zu erzielen.

Teigausbeute (TA) – Das in Zahlen ausgedrückte Verhältnis zwischen der im Teig verwendeten Menge an Flüssigkeit und der Menge an Getreideerzeugnissen (Mehl). Sie ist ein Maß für die Menge an Teig, die entsteht, wenn 100 Teile Getreideerzeugnisse mit einer bestimmten Menge an Flüssigkeit gemischt werden. Bei einer TA 160 kommen also 60 Gramm Flüssigkeit auf 100 Gramm Getreide/Mehl. Als Flüssigkeit gelten neben Wasser alle in ihrer Konsistenz mit Wasser vergleichbaren Flüssigkeiten (Milch, Buttermilch oder Öle). Andere Zutaten wie Quark, Joghurt oder Eier verändern zwar auch den Flüssigkeitsanteil im Teig und damit die Teigausbeute, werden aber nicht in die Berechnung einbezogen. Hohe Teigausbeuten sind kennzeichnend für weiche Teige (TA 180), niedrige Teigausbeuten für festere Teige (TA 160).

Mit folgender Formel lässt sich die TA berechnen:
 $100 \times (\text{Wassermenge} + \text{Mehlmenge}) / \text{Mehlmenge} = \text{TA}$.
 Das bedeutet zum Beispiel bei einem Teig mit 600 g Mehl und 450 g Wasser: $100 \times (450 + 600) / 600 = \text{TA } 175$.

Teigführung – Bezeichnet die gesamte Teigentwicklung vom Mischen der Zutaten bis zum Backen. Sie unterliegt vielen Faktoren, die gezielt gesteuert werden können, um optimale Backergebnisse zu erreichen.

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

Vollgare – Optimaler Gärzustand für Brote mit glatter (nicht aufgerissener) Kruste. Sie liegt zwischen Untergare und Übergare. Der Teigling hat ein großes Volumen, ist dennoch stabil und setzt bei Druck auf die Teighaut etwas Widerstand entgegen, wengleich sich die Druckstelle nur noch wenig zurückbildet (Fingertest/Drucktest). Die Hefen haben bei Vollgare ihren Stoffwechsel verlangsamt. Vollgarige Teiglinge vergrößern ihr Volumen im Ofen nur noch minimal.

Vorschau

BROT gibt es sechsmal jährlich.
Die nächste Ausgabe erscheint
am 25.11.2021

Digital-
Ausgabe
erhältlich ab
12.11.2021

Darum geht es unter anderem:

● Grundkurs Brotbacken –
was genau im Ofen passiert



● Christstollen backen –
Klassiker zur Weihnachtszeit



● Brotbackkurse – das
passende Angebot finden



● Kochen mit Brot – wärmende
Rezepte für die Winterzeit

HERAUSGEBER
Sebastian Marquardt, Tom Wellhausen

REDAKTION
Mundsburger Damm 6
22087 Hamburg
Telefon: 040/42 91 77-300
redaktion@wm-medien.de
www.brot-magazin.de

LEITUNG REDAKTION/GRAFIK
Jan Schönberg

CHEFREDAKTION
Sebastian Marquardt (verantwortlich)

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

AUTORINNEN & AUTOREN
Bärbel Adelhelm, Nadja Alessi, Sonja
Bauer, Astrid Benölken, Daniela Bethé,
Silke Binte-Braun, Claudia Danner,
Michelle Deschner, Debora Gaedtke,
Gerda Göttling, Ursula Hauszer, Edda
Klepp, Sebastian Krist, Nadine Metz,
Stevan Paul, Margarete Maria Preker,
Stephanie Reineke, David Ruppert,
Tanja Schlund, Dieter Stegmaier, Julia
Stüber, Andrea Thode, Isabella Wenzel,
Alexandra Wojna, Tobias Zuttmann

FOTOS
Andrea Thode, stock.adobe.com:
Atstock Productions, by-studio, Dave,
Dionisvera, di_ryan, draghich,
Enadan, exclusive-design, fizkes,
Forance, haveseen, Jevgenija Zukova,
juniart, Kzenon, LElk83,
NDABCREATIVITY, netenut, Mara
Zemgaliete, Rawpixel.com, Robert
Kneschke, rrinnau, -shock, Tiler84,
simona, trotzolga, weyo

VERLAG
Wellhausen & Marquardt
Mediengesellschaft bR
Mundsburger Damm 6
22087 Hamburg

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

GESCHÄFTSFÜHRER
Sebastian Marquardt
post@wm-medien.de

VERLAGSLEITUNG
Christoph Bremer

ANZEIGEN
Christoph Bremer (Leitung)
Julia Großmann, Sven Reinke

GRAFIK
Sarah Thomas, Martina Gnaß,
Bianca Buchta, Jannis Fuhrmann,
Kevin Klatt
grafik@wm-medien.de

ABO- UND KUNDENSERVICE
Leserservice BROT
65341 Eltville

Telefon: 040/42 91 77-110
Telefax: 040/42 91 77-120
E-Mail: service@wm-medien.de

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

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

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

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

DRUCK
Druck Frank Druck GmbH & Co. KG
– ein Unternehmen der
Eversfrank Gruppe –
Industriestraße 20, 24211 Preetz

Gedruckt auf chlorfrei gebleichtem
Papier. Printed in Germany.

COPYRIGHT
Nachdruck, Reproduktion oder
sonstige Verwertung, auch
auszugsweise, nur mit ausdrücklicher
Genehmigung des Verlages.

HAFTUNG
Sämtliche Angaben wie Daten, Preise,
Namen, Termine usw. ohne Gewähr.

BEZUG
BROT erscheint sechsmal jährlich.
Bezug über den Fach-, Zeitschriften-
und Bahnhofsbuchhandel.
Direktbezug über den Verlag.

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

Für unverlangt eingesandte Beiträge
kann keine Verantwortung übernom-
men werden. Mit der Übergabe von
Manuskripten, Abbildungen, Dateien
an den Verlag versichert der Verfasser,
dass es sich um Erstveröffentlichun-
gen handelt und keine weiteren
Nutzungsrechte daran geltend
gemacht werden können.

Brot
DEUTSCHES
BROTINSTITUT e.V.

FÖRDERMITGLIEDSCHAFT
BROT unterstützt als Fördermitglied
das Deutsche Brotinstitut e. V.

wellhausen
marquardt
Mediengesellschaft

Jetzt erhältlich



Alle Rezepte
sind auch ohne
Thermomix
umsetzbar.

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

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

Geballtes Wissen

BROTfibel Basis-Wissen

19,80 €
Artikel-Nr.: BASISFIB



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

Jetzt bestellen

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