

**Brot**

# Brot

Gesund und bekömmlich backen

Mehr als **30 Rezepte**  
für jeden Tag  
kreativ · bekömmlich · gelingsicher

**ALLES ÜBER SALZ**

Mehr als Geschmack  
im Teig

**SAKADANE-SAUERTEIG**

Japanische Brotkultur  
für daheim

**MIT RUCHMEHL BACKEN**

Aroma-Booster  
in jedem Gebäck

Einfache und leckere  
Rezepte für kühlere Tage

# Rustikal in den Herbst



6,90 EUR

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

# JETZT BESTELLEN

**SOMMELIERS Brot**

Gesund und bekömmlich backen

# SOMMELIERS Brot

www.brot-magazin.de

Mehr als 30 kreative Sommelier-Rezepte gelingsicher & bekömmlich

Interview mit Johann Lafer

Große Liebe für gutes Brot

## Gebäcke mit Pfiff

Sommelier-Brote einfach selbst gemacht

Unter anderem in diesem Heft

- Roggen-Rugbrötchen
- Brotpudding
- Blaubeerbrot
- Maisbrot
- Butter-Brioche
- Emmer-Vollkornbrot
- Inka-Brot
- Feines Mischbrot
- Weißbierkruste
- Zwickelring
- Berendorfer
- Sauerkraut-Speck-Brot
- Muslistangen

9,90 EUR  
A: 10,90 Euro, CH: 15,10 sFR, BeNeLux: 11,70 Euro

**Brot**  
Sonderheft

Mehr als  
30 kreative  
Sommelier-  
Rezepte

Sie sind angetreten, die Wertschätzung für das Brot wieder zu steigern. In der Bundesakademie des Deutschen Bäckerhandwerks in Weinheim werden Bäckermeisterinnen und -meister an der Elite-Akademie des Handwerks ein Jahr lang berufsbegleitend auf die harte Fortbildungsprüfung zum Geprüften Brot-Sommelier beziehungsweise zur Geprüften Brot-Sommelière der Handwerkskammer vorbereitet. In dieser Zeit sammeln die Kandidatinnen und Kandidaten umfassendes Fachwissen zur Beschreibung von Brot, zu Foodpairing und vielen weiteren Aspekten des Lebensmittels. Am Ende steht eine Abschlussarbeit, mit der neues Brotwissen geschaffen werden muss. Wer diesem Anspruch genügt, weiß eine Menge über gutes Brot.

[www.brot-magazin.de/einkaufen](http://www.brot-magazin.de/einkaufen)  
oder 040/42 91 77-110

# EDITORIAL



## Liebe Leserin, lieber Leser.

06/2024

Und schon sind die Ferien zuende. Ich habe meinen Urlaub sehr genossen. Jedenfalls größtenteils. Ein Teil meines Reisegepäcks besteht immer aus Küchenutensilien. Viel zu lange habe ich mich zum Beispiel in Ferienwohnungen mit stumpfen Messern herum geärgert. Jetzt habe ich einfach meine eigene Messerkollektion dabei.

Den Sauerteig lasse ich inzwischen wieder zuhause. Ich habe irgendwann entschieden, mich im Urlaub nicht mehr dem Diktat des Teiges zu unterwerfen. Ich genieße die Freiheit ohne Wecker, Timer und Habacht-Stellung. Einerseits. Andererseits merke ich dann in den letzten Tagen der Auszeit, wie sehr mir gutes Brot fehlt. So freudvoll ich Baguette und Croissant jeden Tag gegessen habe – so ein schönes Misch- oder aromatisches Körnerbrot sollte es dann doch endlich wieder sein. Und nicht nur mir geht es so, sondern der ganzen Familie. So war dann die erste Tat zuhause auch das Ansetzen eines Vorteiges. Erst danach wurden die Koffer ausgepackt.

Ich weiß, dass ich damit nicht allein bin. Wenn jetzt der Herbst beginnt, wird allerorten auch wieder mehr gebacken. Schließlich ist so ein selbst gebackenes Brot ein Genuss besonderen Maßstabs. Fürs Gelingen der heimischen Gebäcke haben wir auch in dieser Ausgabe eine Menge Information und Inspiration zusammengetragen. Man ahnt ja zum Beispiel kaum, was Salz in einem Teig alles anstellt. Da geht es um viel mehr als „nur“ Geschmack. Was genau, erzählen wir in diesem Heft. Ebenso die Geschichte von Marie Herrmann, die während ihres Studiums die Liebe zum Brotbacken entdeckte und inzwischen ihre eigene Bäckerei eröffnet hat.

Als Liebhaber der japanischen Kultur und Küche war die Geschichte des Sakadane-Sauerteigs für mich das Highlight in dieser Ausgabe. Obwohl zwei Sauerteige im Kühlschrank vollkommen ausreichend sind und ich mir vor langer Zeit geschworen habe, den wöchentlichen Pflegeaufwand nicht weiter zu erhöhen, reift in meiner Küche nun auch so eine Sakadane auf Reisbasis. Ich konnte nicht widerstehen und bin gespannt auf deren aromatischen Einfluss auf meine Gebäcke.

Schließlich ist SauerteigSeptember. Da darf man sich das gönnen. 2013 wurde der #SourdoughSeptember von der Real Bread Campaign ins Leben gerufen. Das ist ein Zusammenschluss von Organisationen und Interessierten, die sich für gute Lebensmittel und gesunde Wirtschaftskreisläufe einsetzen. Im September richten sie den Fokus auf das Kraftpaket voller Wunder, das Gebäck nicht nur Trieb gibt, sondern auch Haltbarkeit, Aroma und eine bessere Bekömmlichkeit.

Da machen wir doch mit, oder? Bei der Lektüre dieser Ausgabe sowie beim Backen wünsche ich Dir viel Spaß und spannende Erkenntnisse.

Herzliche Grüße

Sebastian Marquardt, Chefredakteur

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

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

 [/BrotMagazin](https://www.facebook.com/BrotMagazin)

 [bit.ly/brot-wa](https://bit.ly/brot-wa)

Euer BROT an:

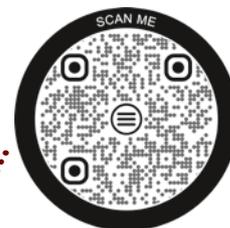
 [redaktion@brot-magazin.de](mailto:redaktion@brot-magazin.de)

Unsere Facebook-Gruppe:

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

BROTakademie:

 [brot-akademie.com](http://brot-akademie.com)



Alle Links und Kontaktmöglichkeiten auf einen Blick



PS: Im Rahmen des **SauerteigSeptembers** findest Du ab dem 1. September auf unseren Social-Media-Kanälen jeden Tag ein Video mit interessanten Fakten über Sauerteig. Wenn Dir Facebook und Instagram nicht so liegen, kannst Du jetzt auch unseren WhatsApp-Kanal unter [bit.ly/brot-wa](https://bit.ly/brot-wa) abonnieren und verpasst keines der Videos.

# Inhalt

06/2024

## Rohstoffe

- Mit Ruchmehl backen –  
besonderes Mehl nach Schweizer Art Seite 14
- Aromatisches Multitalent –  
so vielfältig wirkt Salz im Brot Seite 52

## Selbst ist das Brot

- Japanischer Geschmacksbooster –  
Sakadane-Sauerteig auf Reisbasis herstellen Seite 24

## Brot & die Welt

- Die, die den Teig fühlt –  
zu Besuch in Marie Herrmanns Bageri Seite 84



10 Kürbis-Käse-Knäcke



11 Rustikaler Kürbislaib



12 Pane ai semi



18 Laugenberge



19 Schwizer Graubrötli



20 Pflaumenkranz



21 Wildes Mirabellen-  
Kirschkirschen-Mus



22 Paprikakruste



30 Anpan



32 Hafer-Schwarzbrot



34 Sakadane-Brot



36 Toni



38 Tozi



40 Lilia



42 Kurtis



44 Didi



50 Pflümli



51 Zwitscherzweitschgenbrot



56 Weinrosinenapfelzopf



57 HaChi



58 Süßkartoffel-  
Erdnuss-Liebe



64 Schrotbrötchen



65 Kokos-Ananas-  
Mango-Aufstrich



66 Brötchenspieße



68 Birnen-Kruste mit Cashews

## Verschiedenes

<b>Editorial</b>	<b>Seite 3</b>
<b>Neuheiten</b> Meldungen rund ums Backen und Genießen	<b>Seite 6</b>
<b>Shopfinder</b> Onlineshops empfehlen sich	<b>Seite 29</b>
<b>Euer BROT</b> Was Leserinnen und Leser backen	<b>Seite 46</b>
<b>Inspiration</b> Alles rund ums Brot: Bücher, Blogs, Instagram & Co.	<b>Seite 60</b>
<b>Mühlenfinder</b> Ausgewählte Adressen für gutes Mehl	<b>Seite 67</b>
<b>BROTLaden</b> Nützliche Produkte fürs heimische Backen	<b>Seite 76</b>
<b>Glossar</b>	<b>Seite 95</b>
<b>Vorschau/Impressum</b>	<b>Seite 98</b>



70  
Walnuss-Paprika-  
Brot aufstrich



72  
Brathähnchen mit  
Semmelknödel füllung



74  
Milchbrötchen-Schmarrn



81  
Klassenbrot



91  
Kürbis-Zwiebel-Aufstrich



92  
Bierkracher



94  
Weizenwunder

- .....
- Titelthemen
  - 🕒 Speed-Baking

## Wie dieses Heft funktioniert

### Vorab

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

### 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 die Garzeiten. Auch Backtemperaturen und -zeiten können variieren. 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 braucht zum Start große Hitze, um guten Ofentrieb zu entwickeln. Daher wird der Ofen gründlich vorgeheizt – mindestens 20, eher 30 Minuten. Auch eine vorgeheizte Unterlage fördert den Ofentrieb. Ein Pizzastein braucht mindestens 60 Minuten, um auf Temperatur zu kommen, ein Backstahl ist bereits nach 20-30 Minuten backbereit. Wenn beides nicht vorhanden ist, geht das Vorheizen auch mit einem Backblech schnell. Ein 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 erst später schluckweise nachschütten, wenn der Teig zu trocken/fest bleibt.

### 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. Wir empfehlen bewusst in der Regel nur Anstellgut, ohne das Getreide zu spezifizieren. Denn man kann jeden Teig mit jedem beliebigen Anstellgut treiben.

### Die Bewertung

Wir haben jedem Brot einen Schwierigkeitsgrad zugeordnet.

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

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

### Fachbegriffe

Brotbacken kommt nicht ohne Fachbegriffe aus. Ab Seite 95 findet Ihr daher ein Glossar, in dem alle wichtigen Fachbegriffe kurz erklärt werden. Für den tieferen Einstieg ins Back-Vokabular empfehlen wir die Website [www.baeckerlatein.de](http://www.baeckerlatein.de)

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

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

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

Hinter dem Markennamen Cachuu! verbirgt sich das laut Herstellerangaben erste **Pesto** zum Anrühren auf Basis von 50 Prozent Cashewkernen. Es gibt diverse Sorten wie Seaside, eine Kombination aus Dill und Zitrone, oder Toscana mit Oregano und Tomate. Verpackt sind die Pestos aus bio-zertifizierten Kräutern, Gewürzen sowie Kernen in Keramiktöpfen aus dem Westerwald, die mit einem Korke aus Portugal verschlossen werden. Die Keramiktöpfe fassen 160 Milliliter (ab 9,90 Euro) und sind dank 100-Milliliter-Nachfüllpacks (ab 4,99 Euro) wiederverwendbar.



[cachuu.de](http://cachuu.de)

# Neuheiten



[kai-europe.de](http://kai-europe.de)

Innerhalb seiner Serie Shun präsentiert der Schneidwarenhersteller Kai **Scherenmodelle**. Darunter eine neue Mehrzweckschere mit Knochenkerben an beiden Klingen, die etwa beim Trennen von Geflügelknochen helfen. Bereits im Sortiment befindet sich die Shun Kräuterschere mit integriertem Stielabzieher sowie großzügig gestalteten Griffen. Die Klingen der Scheren sind aus rostfreiem Edelstahl gefertigt.

Der Preis: ab 59,95 Euro.

Neu bei Nabio ist der **Bio-Aufstrich** Belugalinse Balsamico mit Antipasti-Gemüse. Er wird laut Herstellerangaben ohne Palmöl aus natürlichen Zutaten hergestellt, ist vegan und eignet sich als Brotaufstrich oder Dip. 135 Gramm kosten 2,69 Euro.



[nabio.de](http://nabio.de)



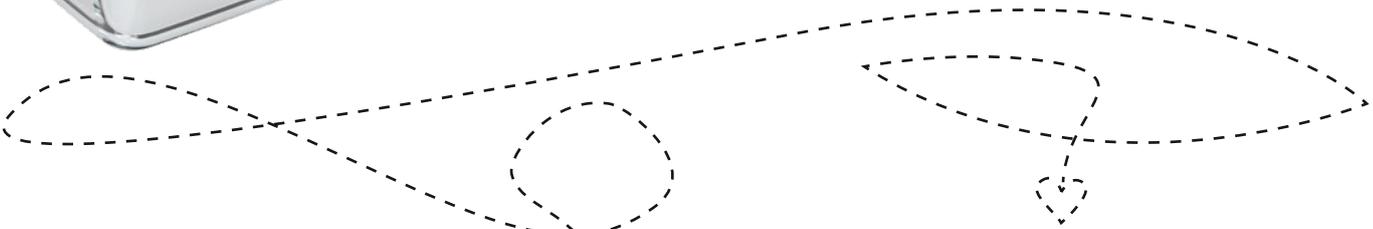
[popp-feinkost.de](http://popp-feinkost.de)

Popp Feinkost bietet zwei neue **vegane Brotaufstriche** an. Der Thun-frei-Salat wird nach Art des Fischsalats mit 25 Prozent Thunfisch-Alternative auf Basis von Rapsöl und Pflanzenprotein zubereitet, der Ei-Bacon-frei-Salat beinhaltet pflanzlichen Bacon auf Weizenbasis mit einem 50-Prozent-Anteil an Ei-Alternative auf Rapsöl- und Kichererbsenbasis. Die Aufstriche gibt es im recycelbaren, wiederverschließbaren 150-Gramm-Sechseck-Becker. Der Preis: 1,99 Euro.



Die neue **Vaku**um-Serie von Küchenprofi umfasst Vakuumböden und -beutel, eine elektrische Vakuumpumpe sowie praktische Vakuumböden-Sets. Die Böden gibt es in verschiedenen Größen ab 500 Milliliter beziehungsweise 14 x 10 x 7 Zentimeter ab 12,99 Euro zu kaufen. Laut Herstellerangaben sind sie hitzebeständig sowie ofen- und gefrierfest. Auch die Beutel sind in verschiedenen Größen mit einem Maximalvolumen von 5,5 Litern erhältlich. Der Preis: ab 9,99 Euro. Eine Pumpe zum manuellen Vakuumböden gibt es ebenfalls für 9,99 Euro, die elektrische Variante kostet 49,99 Euro und verspricht eine Leistung von 3 Litern pro Minute.

 [kuechenprofi.de](http://kuechenprofi.de)



Zassenhaus hat vier neue **Kochmesser** im Angebot. Laut Herstellerangaben sind die Klingen der handgefertigten Modelle korrosionsbeständig, während die Griffe aus Pakkaholz bestehen. Die Messer Hunter und Ranger verfügen über schmalere, längliche Klingen von 19 und 15 Zentimetern, die Varianten Keeper und Farmer haben breitere Schnittflächen mit 12 beziehungsweise 14,5 Zentimetern Länge. Passende Lederscheiden sind inklusive. Der Preis beträgt je 49,99 Euro.



 [zassenhaus.com](http://zassenhaus.com)



 [microplaneintl.com](http://microplaneintl.com)



Microplane hat eine Auswahl neuer **Reiben** im Sortiment. Bei der Zester-Reibe Premium Classic mit einem Softtouch-Griff in 13 verschiedenen Farben handelt es sich um eine besondere Ausführung eines Klassikers des Herstellers. Die Maße betragen 32,5 x 3,5 x 3 Zentimeter, der Preis 24,95 Euro. Außerdem gibt es eine rotierende Reibe mit photo-geätzter Klinge und den Abmessungen 8,5 x 12,5 x 18,5 Zentimetern. Der Preis: 34,95 Euro. 30,4 x 3,5 x 1,5 Zentimeter misst die Doppelklinge Zester & Grob für 19,95 Euro.



[vega-lecker.de](http://vega-lecker.de)

Pflanzliche Alternativen für Käse in Bio-Qualität verspricht das ostfriesische Unternehmen Rucker mit den Vega-Lecker-Produkten. Ab sofort gibt es mit dem Bio-Mozzalina sowie den Bio-Talern zwei Neuheiten in je zwei Sorten. Der Bio-Mozzalina basiert auf Hanf beziehungsweise Hanfsamen und ist in den Varianten Natur sowie Basilikum verfügbar. Die Bio-Taler gehen aus den Pfannen-Talern von Rucker hervor, bestehen aus Bio-Hanfsamen sowie -Kichererbsen und sind in den Geschmacksrichtungen Natur sowie Kräuter erhältlich. Die Taler gibt es im 150-Gramm-Paket für 2,79 Euro, 100 Gramm der Mozzarella-Alternative für 1,99 Euro.



Eine neue rechteckige **Gusseisenbackform** gibt es bei Le Creuset. Geeignet für alle Backöfen und Kochfelder lassen sich damit neben Pasteten und Aufläufen auch Brote backen. Die Innenseite ist schwarz emailliert und sorgt laut Herstellerangaben für eine gute Wärmeverteilung. Der Preis für die 23 x 13 Zentimeter große Backform beträgt 185,- Euro.

[lecreuset.de](http://lecreuset.de)



Für die nahende Kürbiszeit und passende Backerzeugnisse hat Rösle neue **Utensilien** im Sortiment. Darunter einen Edelstahl-Eisportionierer zum Aushöhlen von Früchten und Gemüse oder einen Kürbisstamper mit einem Handteller zum kräftigen Abdrücken beim Stampfen. Der Preis: ab 21,95 Euro.

[roesle.com](http://roesle.com)



[barilla.com](http://barilla.com)

**Pesto** passt nicht nur zu Nudeln, sondern auch zu Brot, beispielsweise als Bruschetta-Variation. Barilla hat mit dem Pesto Basilico e Limone eine neue Sorte im Angebot, die frische Zitrone mit Basilikum kombiniert. Das 190-Gramm-Glas ist für 3,59 Euro erhältlich.



Gemeinsam mit dem Taschenlabel PB 0110 bringt Mono den Picknick-Klassiker Mono Clip erneut auf den Markt. Das simple **Besteck** für unterwegs gibt es in einem olivgrünen oder marineblauen Lederetui, das jeweils Platz für drei Mono-Clip-Besteckteile bietet: Messer, Gabel sowie Tafellöffel. Der Preis für ein Set beträgt 199,- Euro.



mono.de



kluth.com

Als Snack, Müsli- oder Gebäckzutut eignen sich die neuen **gefriergetrockneten Erd- und Himbeeren** sowie die **gerösteten Nussorten** von Kluth. Durch das spezielle Trocknungsverfahren sind die Beeren lange haltbar und bleiben laut Hersteller aromatisch sowie süß. Der Preis für einen 15-Gramm-Beutel beträgt 2,49 Euro. Die gerösteten ungesalzenen Pistazien und Macadamias gibt es im 150- beziehungsweise 100-Gramm-Beutel für 3,79 und 3,99 Euro.



Gerade im Sommer wird es beim Backen schnell heiß in der Küche. Eine neue Erfrischung gibt es von Valensina. Bei den **zuckerreduzierten Limonaden** in den Geschmacksrichtungen SaftLimo Zitrone und Orange trifft ein Fruchtsaftgehalt von bis zu 15 Prozent auf 4 Gramm Zucker pro 100 Milliliter. Eine 750-Milliliter-Flasche kostet 1,39 Euro.

valensina.de



grillfuerst.de

Eine Vielzahl neuer **Gewürze, Salz-Kreationen** und **Rubs** gibt es von Grillfürst. Zu den 17 Produkten in Dosen von 75 bis 130 Gramm gehört beispielsweise das Hopfen-Rub Hopfendlich, das scharfe Pfeffer-Quartett Black Beauty sowie das Apfel-Rub Sweetie Apple. Der Preis: ab 9,90 Euro.

## Teig-Zutaten\*

- ▶ 120 g Wasser (kalt)
- ▶ 125 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 90 g Kürbiskerne
- ▶ 50 g Haferflocken (Feinblatt)
- ▶ 30 g Leinsaat (geschrotet)
- ▶ 20 g Olivenöl
- ▶ 6 g Salz
- ▶ 6 g Backpulver

### Topping

- ▶ 50 g Käse (gerieben)

\*Ergibt 15 Stück

Für Einsteiger  
geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Backpulver
Teigkonsistenz:	weich, klebrig
Zeit gesamt:	1 Stunde
Zeit am Backtag:	1 Stunde
Backzeit:	40 Minuten
Starttemperatur:	180°C
Backtemperatur:	180°C
Schwaden:	nein



## Kürbis-Käse-Knäcke

Wer spontan ein leckeres Brot zum Knabbern braucht, ist mit dem Kürbis-Käse-Knäcke gut bedient. In nur einer Stunde sind die knackigen Scheibchen auf dem Tisch. Neben Vollkornmehl und Kürbiskernen sind Leinsamen und Haferflocken enthalten. Der Käse obendrauf gibt nochmal extra Geschmack. Die Kürbis-Käse-Knäcke sind perfekte Begleiter fürs Picknick oder zum Grillfest. Aber selbst pur sind sie ein wahrer Genuss.

Rezept & Bild: Nadja Alessi

 @little\_kitchen\_and\_more



- Den Backofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Alle Zutaten zu einem homogenen Teig mischen, dann zugedeckt bei Raumtemperatur 5 Minuten ruhen lassen.
- Den Teig auf ein mit einer Dauerbackmatte (alternativ Backpapier) ausgelegtes Backblech geben, den Teig bemehlen, eine zweite Dauerbackmatte (alternativ Backpapier) darüber legen und den Teig dazwischen zu einem Rechteck von etwa 30 x 35 cm ausrollen.
- Die obere Dauerbackmatte vorsichtig abheben und den Teig in 15 Stücke à 10 x 7 cm schneiden.
- Die Teiglinge mit Käse bestreuen, in den Ofen geben und 30 Minuten backen.
- Das Blech aus dem Ofen holen, die Knäckescheiben vorsichtig nachschneiden, das Blech wieder in den Ofen geben und weitere 10 Minuten backen. 🍴

# Rustikalen Kürbislaib

Wer an Herbst denkt, hat sofort Kürbis im Kopf. Zeit für ein herzhaftes Brot mit einem großen Kürbis-Anteil. Der macht nicht nur optisch etwas her, sondern verleiht dem Laib auch den typischen süßlich-nussigen Kürbisgeschmack. Die aufgerissene Kruste unterstreicht den rustikalen Charakter des Brotes, das mit etwas Käse oder Wurst herrliche Stullen abgibt.

☉ Alle Zutaten auf langsamer Stufe 5-7 Minuten mischen, dann zugedeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten gehen lassen.

☉ Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, rundwirken und mit Schluss nach unten in einem bemehlten Gärkorbchen bei Raumtemperatur 45 Minuten gehen lassen.

☉ Rechtzeitig den Backofen auf 235°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

☉ Den Teigling sanft aus dem Gärkorbchen stürzen, mit Schwaden in den Ofen geben und 10 Minuten backen. Die Temperatur auf 220°C reduzieren und weitere 30 Minuten backen. 🍴

Rezept & Bild: Michelle Deschner

📷 @mimipustebume

## Sauerteig

- ▶ 150 g Wasser (warm)
- ▶ 150 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 15 g Anstellgut

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

## Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 130 g Wasser (kalt)
- ▶ 200 g Weizenmehl 550
- ▶ 150 g Roggenmehl 997 (alternativ Roggenmehl 1150)
- ▶ 150 g Kürbisfleisch (geraspelt)
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 7 g Frischhefe
- ▶ 5 g Speiseöl

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen, Roggen
Triebmittel:	Sauerteig, Hefe
Teigkonsistenz:	weich, klebrig
Zeit gesamt:	16-18 Stunden
Zeit am Backtag:	4 Stunden
Backzeit:	40 Minuten
Starttemperatur:	235°C
Backtemperatur:	220°C, nach 10 Minuten
Schwaden:	beim Einschließen

## Zeitnasten

18.00 Uhr  
Sauerteig ansetzen

Nächster Tag  
8.00 Uhr  
Hauptteig ansetzen

10.10 Uhr  
Brot formen

11.00 Uhr  
Ofen vorheizen

11.10 Uhr  
Backen

11.50 Uhr  
Brot fertig



**Tipp**  
 Eine Scheibe Pane ai semi in etwas Butter goldbraun toasten und mit Mortadella, Rucola sowie gerupfter Burrata belegen. Salz, Pfeffer und ein guter Schuss Olivenöl runden den Geschmack ab. Das Gericht wird mit einem Glas gekühltem Lugana oder einer eiskalten Cola serviert.

# Pane ai semi

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆☆  
 Getreide: Weizen  
 Triebmittel: Lievito Madre  
 Teigkonsistenz: mittelfest  
 Zeit gesamt: 25,5-28,5 Stunden  
 Zeit am Backtag: 1,5 Stunden  
 Backzeit: 50 Minuten  
 Starttemperatur: 260°C  
 Backtemperatur: 215°C, nach 5 Minuten  
 Schwaden: beim Einschießen

 **Zeitnaster**

- 8.00 Uhr Lievito Madre und Brühstück ansetzen
- 9.50 Uhr Autolyseteig ansetzen
- 12.00 Uhr Hauptteig ansetzen
- 15.15 Uhr Brot vorformen
- 15.50 Uhr Brot formen
- 18.00 Uhr Teigling in den Kühlschrank stellen
- Nächster Tag**
- 8.00 Uhr Ofen vorheizen, Teigling aus dem Kühlschrank nehmen
- 8.30 Uhr Backen
- 9.20 Uhr Brot fertig



Das milde Saatenbrot wird ausschließlich durch die Kraft der Lievito Madre gelockert. Die zusätzliche Langzeitführung verleiht diesem goldenen Laib seine saftig-fleischige Krume und einen fantastischen, nussigen Geschmack. Voller guter Nährstoffe kommt das Brot luftig und mit offener Porung daher. Es eignet sich daher hervorragend als Salatbeilage.

☉ Alle Zutaten – außer Salz und 120 g Wasser – auf langsamer Stufe 8 Minuten mischen.

☉ Das Salz zugeben und auf langsamer Stufe 2 Minuten unterkneten. Den Teig auf schnellerer Stufe 5 Minuten kneten, dabei schluckweise das restliche Wasser zugeben. Den Teig anschließend zugedeckt bei Raumtemperatur 3 Stunden gehen lassen, dabei alle 60 Minuten einmal dehnen und falten.

☉ Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, rundwirken und mit Schluss nach unten auf der Arbeitsfläche 30 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.

☉ Die Teiglinge in Tartine-Form leicht länglich formen, mit Schluss nach oben in ein leicht bemehltes sowie mit Saaten fürs Topping ausgestreutes Gärkörbchen geben und zugedeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten gehen lassen, dann für 14 Stunden in den Kühlschrank stellen.

☉ Den Backofen auf 260°C Ober-/Unterhitze vorheizen und den Teigling aus dem Kühlschrank nehmen, um ihn 30 Minuten akklimatisieren zu lassen.

☉ Den Teigling sanft aus dem Gärkörbchen stürzen, einschneiden, unter Schwaden in den Ofen geben und 5 Minuten backen. Die Temperatur auf 215°C reduzieren und weitere 45 Minuten backen. 🍴

## Lievito Madre

- ▶ 35 g Wasser (kalt)
- ▶ 70 g Weizenmehl 550
- ▶ 35 g Lievito Madre

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt bei Raumtemperatur 3-6 Stunden reifen lassen.



## Brühstück

- ▶ 85 g Wasser (heiß)
- ▶ 85 g Sonnenblumenkerne (geröstet)
- ▶ 50 g Sesamsaat (geröstet)
- ▶ 50 g Kürbiskerne (geröstet)
- ▶ 4 g Salz

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt bei Raumtemperatur 3-6 Stunden quellen lassen.



## Autolyseteig

- ▶ 320 g Wasser (kalt)
- ▶ 420 g Weizenmehl 550
- ▶ 110 g Weizenmehl Vollkorn

Die Zutaten auf langsamer Stufe 2 Minuten mischen, dann zugedeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten quellen lassen.



## Hauptteig

- ▶ Lievito Madre
  - ▶ Brühstück
  - ▶ Autolyseteig
- Spätere Zugabe
- ▶ 120 g Wasser (kalt)
  - ▶ 12 g Salz

### Topping

- ▶ 20 g Sonnenblumenkerne (geröstet)
- ▶ 10 g Sesamsaat (geröstet)
- ▶ 10 g Kürbiskerne (geröstet)

Rezept & Bilder: Christoph Heger

 @christoph.heger

 /einfach.brot.machen

 christophheger.de



Besonderes Mehl nach **Schweizer Art**

# Mit Ruchmehl backen

In der Schweiz gehört Ruchbrot schlicht zum Sortiment. Als unspektakuläres Alltagsbrot. In Deutschland hingegen zählt es eher in die Kategorie „Spezialbrot“. Zutat ist das klassische Schweizer Ruchmehl. Doch hinter dem Namen verbirgt sich eine ganze Spannweite von Qualitäten. Was hat es damit auf sich? Und was ist bei der Verarbeitung zu beachten?

Text: Christoph Heger

**D**ie Bezeichnung „Ruchmehl“ kommt aus dem Schweizerischen und bedeutet so viel wie rau oder grob. Es wird üblicherweise aus Weizen oder Dinkel hergestellt. Würde man es mit deutschen Typen-Mehlen vergleichen, läge es im Bereich eines Weizenmehls 1050. Der gravierende Unterschied ist aber die Art der Vermahlung.

Dazu zunächst ein Blick auf das deutsche 1050er. Hierfür wird dem Korn zunächst 40 Prozent helles Mehl entzogen. Das ist Type 405. Der Rest vom Korn geht in die weitere Vermahlung. So entsteht als sogenanntes Nachmehl das 1050er. Ihm fehlen die Kleberbildenden Proteine. Der Ausmahlungsgrad liegt bei 40 bis 72 Prozent. Zum Vergleich: Type 550 hat einen Ausmahlungsgrad von 65 Prozent. Der des Ruchmehls wiederum liegt bei 85 Prozent.

Da Ruchmehl sowohl die inneren Bestandteile mit den Kleberbildenden Proteinen als

auch die äußeren Schichten mit höherem Mineralstoffgehalt enthält, zeichnet es sich durch sehr stabile Teige mit ernährungsphysiologischem Mehrwert aus. Backergebnisse aus Ruchmehl sind sehr gut gelockerte Produkte mit offener Porung, angenehm dunkler Farbe und vollmundigem Geschmack. Zugegeben, die dunkle Farbe lässt sich auch mit 1050er erzielen. Spätestens bei der Porung der Produkte aber zeigt sich, dass Ruchmehl trotz ähnlicher Typenzahl auf dem Papier etwas ganz anderes ist. Doch auch Ruchmehl ist nicht gleich Ruchmehl.

Schon der Herstellungsprozess unterscheidet sich bei einzelnen Mühlen. Grundsätzlich ist es so, dass dem Mahlgut das Weißmehl entzogen wird. Hinzu kommt dann feiner gemahlene Kleie. Das gibt dem Mehl einen dunklen und aromatischen Charakter.

Wer sich mit dem Backen von Ruchbrot beschäftigt, stellt rasch fest, dass Ruchmehle



je nach Mühle auch immer entsprechend anders zu verarbeiten sind. Mal haben sie eine bessere Wasseraufnahme, mal eine schlechtere. Und auch die Stabilität der Teige ist immer ein heikles Thema.

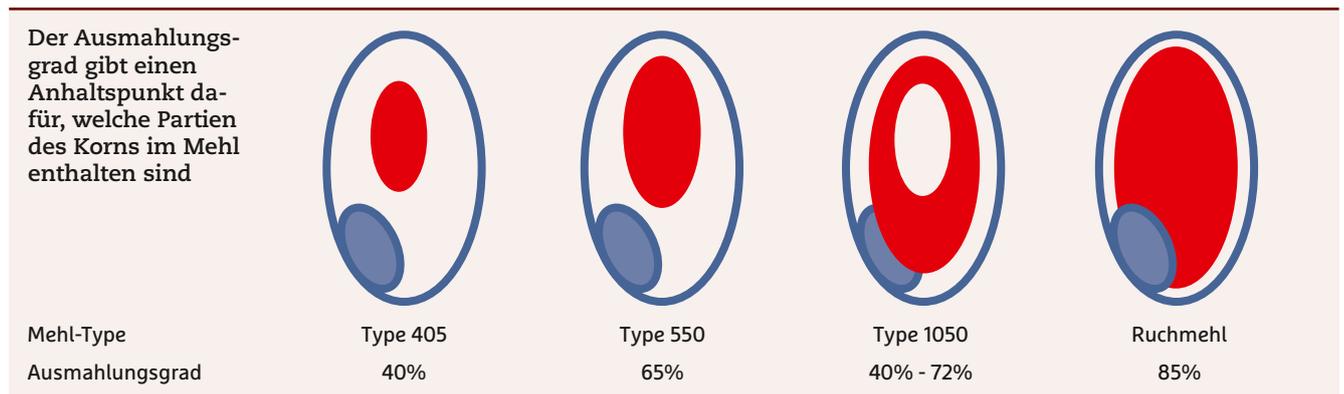
### Großer Spielraum

Eine Ursache ist, dass in der Schweiz keine so engen Abgrenzungen der Typenzahlen vorgeschrieben sind. Der Korridor für ein 550er liegt laut deutscher DIN-Norm 10355 zwischen 0,51 und 0,63 Prozent Mineralstoffgehalt sehr viel enger als der für Ruchmehl. Original Schweizer Ruchmehl kann einen Mineralstoffgehalt von 0,91 bis 1,69 Prozent haben. Da ist der Spielraum sehr groß.

Und genau dieser große Spielraum ist ungewöhnlich. Jede Mühle – in der Schweiz ebenso wie in Deutschland – produziert

Ruchmehl nach anderen, internen Vorgaben. Beim Wechsel des Mehles von einer zur anderen Mühle muss man sich also darauf einstellen, bestehende Rezepte zunächst nur als Anhaltspunkte zu werten. Wie es sich genau mit Stabilität und Wasserbindung verhält, müssen Backversuche zeigen. Die Rezepte sind danach entsprechend anzupassen. Größere Mühlen geben hierzu Leitfäden mit an die Hand.

Das Augenmerk sollte bei der Auswahl des Mehls auf der Zutatenliste liegen. Obwohl es sich in erster Linie „nur“ um Mehl handelt, sind bei manchen Mühlen bereits Malze, Ascorbinsäure oder Enzym-aktive Malze enthalten. Das unterstützt die einfachere Verarbeitung und die Ausprägung der typischen Merkmale eines Ruchbrotes, ist aber bei Beachtung der nachfolgenden Punkte





Beim Aufarbeiten von Ruchbrot  
ist Feingefühl angesagt



Aufgrund des hohen Schalenanteils  
wird Ruchmehl eher lange geknetet

nicht notwendig, um das gleiche Ergebnis zu erzielen. Also auf in die Backstube.

Bevor es auf den Weg zum „perfekten“ Ruchbrot geht, gilt es, das Ziel genauer zu definieren. Was zeichnet ein Ruchbrot eigentlich aus? „Beim Anblick eines Ruchbrotessollten sich sofort Bilder von den Schweizer Alpen mit den scharfkantigen Bergzinnen und steil abfallenden Tälern im Kopf auftun. Die wild gerissene, kräftig gebackene und leicht bemehlte Kruste mit ihrer Farbe von dunklem Karamell lässt schon erahnen, was uns beim Anschneiden des Brotes erwartet. Eine riesen Sauerei! Knatternd fährt das Brotmesser in die Kruste und die Splitter verteilen sich in der ganzen Küche. So muss es sein! Im Inneren erwartet uns daraufhin eine gut gelockerte, grob geportete Krume. Glasig-glänzend kann sie sowohl optisch als auch geschmacklich mit malzig-herbem, leicht alpin

anmutendem Aroma-Bukett überzeugen. Die zart-fleischige Krume schmilzt im Mund wie ein Stück beste Schweizer Schokolade.“ So sieht wohl die perfekte Genuss-Beschreibung eines Ruchbrotess aus.

Mit diesem Bild vor Augen und dem Wasser, das einem im Mund zusammenläuft, geht es dann ans Werk. Bei der Verarbeitung von Ruchmehl sind aufgrund der speziellen Zusammensetzung aus Kleberstarkem und Mineralstoffreichem Mehl mit hohem Schalenanteil folgende Punkte zu beachten:

#### Teigausbeute

Die Teigausbeute (TA), also das Verhältnis der Wassermenge in Bezug auf die Mehlmenge, ist relativ hoch anzusetzen. Die Schalentteile brauchen das Wasser und auch für die offen geportete Krume sollte genügend Feuchtigkeit zur Verfügung stehen. Die Teige werden sich dadurch nach dem Kneten sehr weich, klebrig und wenig standfest anfühlen. Das sollte jedoch nicht zum Fehler verleiten, Mehl zur Korrektur dazuzugeben. Die Teige stabilisieren sich während der Teigruhe von ganz allein.

Die TA sollte zwischen 85 und 95 Prozent liegen, also auf 100 g Mehl bei 85 bis 95 g Wasser. Dabei empfiehlt es sich, das Wasser während

### LESETIPP

Getreide und Mehlerstellung entscheiden erheblich über Qualität, Aroma sowie Eigenschaften von Teigen und Gebäcken. Die **BROT FIBEL Getreide & Mehl** liefert Brotfans breites Wissen sowie tiefe Einblicke. Alle Brotgetreide, auch Urgetreide, werden umfassend mit all ihren Eigenschaften und Besonderheiten vorgestellt. Ergänzt durch Infos zu glutenfreien Alternativen, Basiswissen in Mehl-Analytik sowie zum Mahlen von Mehl dient die Fibel als perfektes Nachschlagewerk rund um den wichtigsten Rohstoff beim Brotbacken. Erhältlich unter



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

Die Stückgare fällt bei Ruchbrot  
vergleichsweise kurz aus





Gebacken wird heiß  
– mit ordentlich  
Schwaden

der Teigbereitung zu splitten. Zwei Drittel der Wassermenge kommen zum Start in den Teig, der Rest wird verzögert nach und nach dazugegeben. So lässt sich das Klebnetz erstmal gut auskneten und im Anschluss das restliche Wasser darin einlagern.

#### Knetzeit

Da einerseits die Schalenteile lange brauchen, um das Wasser anzulagern, und das Klebnetz andererseits für eine grobe Porung sehr gut ausgeprägt sein muss, sollte die Knetzeit dementsprechend lange gewählt werden. Bei Weizen-Ruchmehl sind folgende Richtwerte anzusetzen: 10 Minuten langsam und 6 Minuten schnell. Wer lieber mit Dinkel-Ruchmehl arbeitet, knetet eher 12 Minuten langsam und 2 Minuten schnell.

#### Teigruhe

Wie bereits erwähnt, fühlen sich die Teige nach der Knetung relativ weich und fließend an. Das relativiert sich im Verlauf der Teigruhe. Man lässt den Teig in einer geölten Schüssel oder Wanne erstmal 2 Stunden im Raum stehen. Dabei sollte er alle 30 Minuten gedehnt und gefaltet werden. Bereits nach dieser kurzen Zeit lässt sich eine deutliche Stabilisierung feststellen. Im Anschluss geht es für 16 Stunden in den Kühlschrank.

#### Aufarbeitung

Nach der kalten Gare lässt man den Teig für 60 Minuten im Raum akkli-

matisieren. Danach erfolgt die Aufarbeitung der Brote sehr vorsichtig zur gewünschten Form. Zur Stückgare geht es in bemehlte Gärkörbchen – relativ kurz: 15 bis 30 Minuten genügen.

#### Backen

Nach dem Stürzen der Teiglinge aus dem Gärkörbchen bleiben sie nochmal 5 Minuten liegen. Für eine gute Krustenausprägung müssen die Brote heiß angebacken werden – zum Beispiel bei 250°C. Die Temperatur sollte auch danach nicht zu weit fallen, auf 235°C zum Beispiel. Das Brot erfordert ausreichend Schwaden. Die Backzeit sollte bei 750-g-Broten etwa 50 Minuten betragen.

Wer all diese Punkte berücksichtigt, kann ein eigenes gebackenes Stück Schweizer Alpen in den Händen halten. 🍞



Die Schweizer Regularien lassen eine große Spannweite beim Mineralstoffgehalt zu. Daher hängt die Qualität von Ruchmehl stark von der Mühle ab

Anzeige



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



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

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

## Teig-Zutaten\*

- ▶ 650 g Wasser (eiskalt)
  - ▶ 500 g Weizenmehl 550
  - ▶ 100 g Weizen-Ruchmehl (alternativ Weizenmehl 1050)
  - ▶ 20 g **BROTGranulat** Maiscrispias (alternativ Altbrot, geröstet, gemahlen)
  - ▶ 12 g Salz
  - ▶ 10 g Anstellgut (aus dem Kühlschrank)
  - ▶ 2 g Frischhefe
- Spätere Zugabe
- ▶ 10 g Schweineschmalz (alternativ Butterschmalz)
  - ▶ 10 g Backmalz (aktiv, alternativ Honig)
  - ▶ 0,1 g Acerolakirschkpulver (alternativ 1 Spritzer Zitronensaft)

\*Ergibt 13 Stück

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Sauerteig, Hefe
Teigkonsistenz:	weich, klebrig
Zeit gesamt:	13-17 Stunden
Zeit am Backtag:	3 Stunden
Backzeit:	20 Minuten
Starttemperatur:	200°C Umluft
Backtemperatur:	200°C Umluft
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.

### Tipp

1 g Frischhefe entspricht etwa der Größe einer Kichererbse.



Rezept & Bild: Bärbel Adelhelm

# Laugenberge

Schnell zusammengeknetet und über Nacht im Kühlschrank gelassen, so kann dieser Brötchenteig Berge versetzen. Und er lässt sich in Form von Bergen aufs Blech setzen. Die Lauge gibt den wild aufgerissenen Gebäcken einen zusätzlichen Kick. Dazu ein selbstgemachter Fruchtaufstrich, eine milde Wurst oder ein leckerer Käse – und schon ist das Frühstück perfekt.

🕒 Alle Zutaten – außer Schmalz, Malz und Acerolakirschkpulver – auf langsamer Stufe 5 Minuten mischen.

🕒 Schmalz, Malz sowie Acerolakirschkpulver zugeben und auf schnellerer Stufe 5 Minuten unterkneten. Den Teig zugedeckt für 10-14 Stunden in den Kühlschrank stellen.

🕒 Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und bei Raumtemperatur 2 Stunden akklimatisieren lassen.

🕒 Den Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsplatte geben, in 13 etwa gleich große Portionen à zirka 100 g teilen, grob zu bergähnlichen Häufchen zusammenlegen und bei Raumtemperatur 30 Minuten gehen lassen.

🕒 Rechtzeitig den Backofen auf 200°C Umluft vorheizen.

🕒 Die Teiglinge mit einem Pinsel belaugen, in den Ofen geben und 20 Minuten backen. 🍴



### Zeitraster

19.00 Uhr Teig ansetzen	19.15 Uhr Teig in den Kühlschrank stellen	Nächster Tag 7.00 Uhr Teig aus dem Kühl- schrank nehmen	9.00 Uhr Brötchen formen	9.10 Uhr Ofen vorheizen	9.40 Uhr Backen	10.00 Uhr Brötchen fertig
----------------------------	---	--	-----------------------------	-------------------------------	--------------------	------------------------------



Rezept & Bilder: Sebastian Krist

@brotartig

brotartig.de

## Sauerteig

- ▶ 220 g Wasser (warm)
- ▶ 220 g Roggenmehl 1150
- ▶ 45 g Anstellgut
- ▶ 4 g Salz

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt bei Raumtemperatur 14-16 Stunden reifen lassen.

## Vorteig (Poolish)

- ▶ 125 g Wasser (Raumtemperatur)
- ▶ 125 g Weizenmehl 550
- ▶ 0,1 g Frischhefe

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

## Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Vorteig
- ▶ 60 g Wasser (warm)
- ▶ 285 g Weizenmehl 550
- ▶ 13 g Honig
- ▶ 8 g Salz
- ▶ 1 g Frischhefe (optional)

# Schwizer Graubrot

**Tipp**  
0,1 g Frischhefe entspricht etwa der Größe eines Reiskorns, 1 g Frischhefe der Größe einer Kichererbse. Wenn das Anstellgut sehr aktiv ist, kann die Hefe im Hauptteig reduziert werden oder ganz entfallen.

Das Graubrot nach Schweizer Art trägt seinen Namen, da es an eine herrliche Jause auf einer eidgenössischen Bergalm erinnert. Es handelt sich um ein saftiges Roggen-Mischbrot mit zweierlei Vorteigen. Belegt werden kann es zum Beispiel mit einem kräftigen Käse. Nicht nur für Wandernde ist das ein Genuss. Die luftige Porung und die herrliche Kruste mit schönem Ausbund, der an einen felsigen Bergkamm denken lässt, laden alle Brotfans zum Schmausen ein.

⦿ Alle Zutaten auf langsamer Stufe 4 Minuten mischen, dann auf schnellerer Stufe 5 Minuten kneten. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur 3 Stunden gehen lassen, dabei nach 30, 60, 90 und 120 Minuten jeweils einmal dehnen und falten.

⦿ Den Teig auf eine gut bemehlte Arbeitsfläche geben, schonend rundformen und danach länglich formen. Den Teigling in einem bemehlten Gärkorbchen mit Schluss nach oben bei Raumtemperatur 45 Minuten gehen lassen.

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

⦿ Den Teigling sanft aus dem Gärkorbchen stürzen, einschneiden, mit kräftigem Schwaden in den Ofen geben und 10 Minuten backen. Den Dampf ablassen, die Temperatur auf 200°C reduzieren und weitere 35-40 Minuten backen. ■

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad: ★★☆☆

Getreide: Weizen, Roggen

Triebmittel: Sauerteig, Hefe

Teigkonsistenz: mittelfest

Zeit gesamt: 19-21 Stunden

Zeit am Backtag: 5 Stunden

Backzeit: 45-50 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 200°C, nach 10 Minuten

Schwaden: beim Einschließen, nach 10 Minuten ablassen



### Zeitstraster

16.00 Uhr  
Sauerteig und  
Vorteig ansetzen

Nächster Tag  
8.00 Uhr  
Hauptteig ansetzen

11.15 Uhr  
Brot formen

11.35 Uhr  
Ofen vorheizen

12.05 Uhr  
Backen

12.55 Uhr  
Brot fertig

## Vorteig (Poolish)

- ▶ 100 g Vollmilch (kalt)
- ▶ 100 g Weizenmehl 550
- ▶ 0,2 g Frischhefe

Alle Zutaten gründlich mischen und zugedeckt 12 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen.

## Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ 200 g Vollmilch (kalt)
- ▶ 400 g Weizenmehl 550
- ▶ 60 g Zucker
- ▶ 1 Ei (Größe M)
- ▶ 8 g Frischhefe
- ▶ 6 g Salz

Für die Füllung

- ▶ 300 g Pflaumenmus

Topping

- ▶ 1 Ei (Größe M)
- ▶ 10 g Hagelzucker
- ▶ 10 g Puderzucker

### Tipp

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



## Pflaumenkranz

Rezept & Bilder: Nadja Alessi

@little\_kitchen\_and\_more

little-kitchen-and-more.com

Ein leckerer Hefekranz wartet eine Tee- oder Kaffeetafel immer auf. Seine Form ist einfach ein Highlight und dabei gar nicht so schwer herzustellen. In dieser Variante trifft fruchtiges Pflaumenmus auf fluffigen Hefeteig, der dank eines Vorteiges ein intensives Aroma entwickelt. Für den Crunch sorgt als Topping Hagelzucker. Da greift man doch außerordentlich gerne zu.

☉ Alle Zutaten auf langsamer Stufe 4 Minuten mischen, dann auf schnellerer Stufe 4 Minuten kneten. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur 3 Stunden gehen lassen, dabei nach 60 Minuten einmal dehnen und falten.

☉ Den Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben, zu einem Rechteck von etwa 50 x 34 cm ausrollen und die Teigplatte mit Pflaumenmus bestreichen, dabei etwa 0,5 cm am Rand freilassen.

☉ Den Teig von der langen Seite her einrollen (Bild 1).

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆☆

Getreide: Weizen

Triebmittel: Hefe

Teigkonsistenz: fest

Zeit gesamt: 17-18 Stunden

Zeit am Backtag: 5-6 Stunden

Backzeit: 30-35 Minuten

Starttemperatur: 230°C

Backtemperatur: 200°C sofort

Schwaden: nein



## Zeitraster

20.00 Uhr  
Vorteig ansetzen

Nächster Tag  
8.10 Uhr  
Hauptteig ansetzen

11.30 Uhr  
Kranz formen

12.15 Uhr  
Ofen vorheizen

12.45 Uhr  
Backen

13.20 Uhr  
Kranz fertig



1



2



3

Die Teigrolle längs halbieren und beide Hälften ineinander verschlingen (Bild 2).

Den Teigling zu einem Kranz formen (Bild 3), auf eine Dauerbackmatte (alternativ Backpapier) legen und bei Raumtemperatur 60 Minuten gehen lassen.

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

Für das Topping das Ei verquirlen und den Pflaumenkranz zweifach damit bestreichen, anschließend mit Hagelzucker bestreuen.

Den Teigling in den Ofen geben, die Temperatur auf 200°C reduzieren und 30-35 Minuten backen.

Den Kranz vollständig abkühlen lassen und mit Puderzucker bestreuen. ■

# Wildes Mirabellen-Kirschpflaumen-Mus

Mirabellen und Kirschpflaumen sind oftmals am Wegesrand am Wald oder in verwilderten Gärten zu finden. Sie sind eine wertvolle Nahrungsquelle für Bienen und Vögel. Menschen bescheren sie ein süß-säuerliches Geschmackserlebnis auf Brot, Brötchen und Hefezopf oder als Begleitung zum Grillen.

Mirabellen und Kirschpflaumen mit dem Gelierzucker in einen großen Topf geben, gut mischen und zugedeckt zirka 2-3 Stunden ziehen lassen.

Die Früchte pürieren.

Die Zitrone waschen, in Spalten schneiden. Den Ingwer schälen und in Scheiben schneiden. Beides zu den Früchten geben.

Die Masse unter Rühren aufkochen und mindestens 5 Minuten sprudelnd weiterkochen.

Eine Gelierprobe machen.

Die Zitronenspalten und den Ingwer entfernen. Das Mus in zuvor ausgekochte Gläser füllen und diese sofort gut verschließen.

Kühl und dunkel gelagert ist der Aufstrich zirka 6 Monate haltbar. Geöffnete Gläser im Kühlschrank aufbewahren. ■

## Zutaten\*

- ▶ 1.000 g Mirabellen (entsteint)
- ▶ 500 g Kirschpflaumen (entsteint, alternativ andere Pflaumen)
- ▶ 500 g Gelierzucker (3:1)
- ▶ 1 Zitrone (Bio)
- ▶ 50 g Ingwer (frisch)

\*Ergibt 5-6 Gläser à 220 ml

## GELIERPROBE

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

Rezept & Bild: Gerda Göttling



## Lievito Madre

- ▶ 35 g Wasser (kalt)
- ▶ 50 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 6 g Lievito Madre

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

## Brühstück

- ▶ 125 g Wasser (kochend)
- ▶ 25 g Hartweizenmehl (alternativ Hartweizengrieß)

Die Zutaten klümpchenfrei verrühren und zugedeckt bei Raumtemperatur 60 Minuten abkühlen lassen, anschließend bis zur weiteren Verwendung bis zu 13 Stunden in den Kühlschrank stellen.

## Fermentolyseteig

- ▶ Lievito Madre
- ▶ Brühstück
- ▶ 350 g Wasser (kalt)
- ▶ 250 g Weizenmehl 550
- ▶ 150 g Manitobamehl hell (alternativ Weizenmehl 550)
- ▶ 50 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 50 g Roggenmehl 997 (alternativ Roggenmehl 1150)
- ▶ 6 g Backmalz (inaktiv, alternativ Zucker)

Alle Zutaten gründlich mischen, bis keine Mehlneester mehr vorhanden sind. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur 20 Minuten gehen lassen.

## Hauptteig\*

- ▶ Fermentolyseteig
  - ▶ 12 g Salz
  - ▶ 10 g Olivenöl
- Spätere Zugabe
- ▶ 150 g Paprika (eingelegt, gut abgetrocknet, in Stücke geschnitten)

\*Ergibt 2 Stück



NO-KNEAD-REZEPT

kein Kneten erforderlich

# Paprikakruste

So ein fruchtig-säuerliches Brot mit gegrillten sowie eingelegten Paprikaschoten und einer weichen, elastischen sowie saftigen Krume ist ein feines Gemüsebrot. Es eignet sich hervorragend als Grillbeilage oder zu einer schmackhaften Antipasti-Auswahl. Aromatisch geröstet mit Thymian und Rosmarin hebt man es um einige Aroma-Stufen in den Genusshimmel.

☉ Salz und Öl zum Teig geben und von Hand gründlich einarbeiten. Den Teig in eine geölte Teigwanne (alternativ Schüssel) geben und darin leicht auseinanderziehen.

☉ Die Paprikastücke auf dem Teig verteilen, den Teig darüber falten, dann noch einmal dehnen und falten und anschließend 120 Minuten zugedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen, dabei nach 45, 90 und 120 Minuten erneut dehnen und falten. Den Teig danach für etwa 20 Stunden in den Kühlschrank stellen.

☉ Rechtzeitig den Backofen samt Backblech auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

☉ Den Teig auf eine gut bemehlte Arbeitsfläche geben und einmal in der Mitte teilen.

## Zeitraster

20.00 Uhr  
Lievito Madre und  
Brühstück ansetzen

Nächster Tag  
9.00 Uhr  
Hauptteig ansetzen

11.20 Uhr  
Teig in den Kühl-  
schrank stellen

Übernächster Tag  
8.00 Uhr  
Ofen vorheizen

8.05 Uhr  
Brote formen

8.30 Uhr  
Backen

8.50 Uhr  
Brote fertig

# Jetzt bestellen und besser backen

## Tipp

Mit einer Teigaube von über 190 ist der Teig sehr weich und eher für Fortgeschrittene geeignet. Wer weniger geübt ist, sollte die Wassermenge im Fermentolyseteig auf 270 g reduzieren.

☉ Jeden Teigling von den beiden langen gegenüberliegenden Seiten übereinanderlappen und mit Schluss nach unten in einem bemehlten Backleinen (alternativ Geschirrhandtuch) bei Raumtemperatur 20 Minuten entspannen lassen.

☉ Die beiden Teiglinge aus dem Backleinen heben und mit Schluss nach oben zügig auf das vorgeheizte Backblech legen, dann mit Schwaden in den Ofen geben und 10 Minuten backen. Die Temperatur auf 230°C reduzieren und weitere 7-10 Minuten backen. 🍞

Rezept & Bild: Margarete Maria Preker

📷 @imagina\_von\_rosenberg

📘 /brotpassion

🌐 brotpassion.de

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆☆

Getreide: Weizen, Roggen, Hartweizen

Triebmittel: Lievito Madre

Teigkonsistenz: sehr weich

Zeit gesamt: 36-38 Stunden

Zeit am Backtag: 1 Stunde

Backzeit: 17-20 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 230°C,  
nach 10 Minuten

Schwaden: beim Einschließen,  
nach 10 Minuten ablassen



Alle Grundlagen und detailliertes Hintergrundwissen zum Brotbacken – das gibt es in der **BROT**Fibel „Brotbacken – Alle Grundlagen, Tricks und Kniffe“. Wissenswertes über Rohstoffe, das passende Equipment, richtiges Mischen und Kneten, die Prozesse im Teig, Brotaufbewahrung und Fehlervermeidung – das alles findet man hier in kompakter und leicht verständlicher Form. Auch wer sich mit Schnitttechniken für Brote oder Rezeptentwicklung auseinandersetzen möchte, wird in der neuen **BROT**Fibel fündig. Sie umfasst einfach alles, was es braucht, um sich schnell in die Herstellung bekömmlicher und schmackhafter Brote einzuarbeiten.

[www.brot-magazin.de/einkaufen](http://www.brot-magazin.de/einkaufen)  
oder 040/42 91 77-110

# Backen mit **Sakadane**-Sauerteig



## Japanischer Geschmacksbooster

Die Palette verschiedener Sauerteige ist ebenso vielfältig wie faszinierend. Ein außergewöhnlicher Vertreter dieser Gruppe ist der Sakadane-Sauerteig, eine Errungenschaft der japanischen Brotkultur. Das traditionelle Triebmittel ist der Schlüssel zu Gebäckkreationen, die sich durch einen einzigartigen Geschmack und eine unvergleichliche Krume auszeichnen. Einfach in der Herstellung und unkompliziert in der Anwendung, bringt der Sakadane-Sauerteig fernöstliche Fermentationstechniken ins Brot.

Text & Bilder:  
Dorothee Keipke  
@brotschafterin  
brotschafterin.de

**B**rot gewinnt in Japan zunehmend an Bedeutung. So liegt der durchschnittliche Pro-Kopf-Verbrauch im Jahr 2024 voraussichtlich bei 40 Kilogramm. 2019 waren es noch 28,3 Kilogramm pro Person. Bis zur Meiji-Periode (1868-1912) war Brot in Japan allerdings noch weitgehend unüblich. Danach änderten sich die Essgewohnheiten nachhaltig. Das japanische Militär führte Brot in die Verpflegungsrationen ein, da es länger haltbar war als gekochter Reis. Wenig später hielt es auch Einzug in Privathaushalte.

### Fermentation mit Kōji

So wurde Brot nach und nach zu einem festen Bestandteil der japanischen Esskul-

tur. Dabei entwickelte sich eine ganz eigene Form seiner Herstellung. Bis heute dominieren sehr weiche süßliche Weizengebäcke auf Hefe-Basis den Brotmarkt. Herzhafte Sauerteig-Gebäcke erobern die Gaumen erst langsam. Dabei ist Sauerteig auch in Japan alles andere als neu.

Eine besondere Rolle spielte früh schon Sakadane, ein Sauerteig auf Basis von Reis. Er wird durch die Fermentation von Reis mit Kōji hergestellt, dem Schimmelpilz *Aspergillus oryzae*. Kōji wird in Japan seit Jahrhunderten zur Herstellung fermentierter Lebensmittel wie Sojasoße, Miso, Sake und Reiswein (Mirin) verwendet. Er kann auf

## WAS BEDEUTET UMAMI?

Umami bezeichnet eine fünfte Geschmacksnote, die neben salzig, süß, sauer und bitter von der Zunge wahrgenommen wird. Der Begriff stammt aus dem Japanischen und bedeutet „köstlich, schmackhaft“. Umami beschreibt den Geschmack von Natriummonoglutamat, der als fleischig und intensiv herzhaft empfunden wird. Klassische Lebensmittel mit starker Umami-Note sind zum Beispiel Tomaten, Pilze, Sojasoße, Parmesan, Fisch, Fleisch oder auch Hefeextrakt.

Reis, aber auch auf anderen Nährböden wie Sojabohnen gezüchtet werden.

Yasubei Kimura, ein ehemaliger Samurai, gründete während der Meiji-Periode die Bäckerei Kimuraya in Tokio. Er kreierte Anpan, ein süßes Gebäck mit einer Füllung aus roter Bohnenpaste (Anko), das sowohl die japanische Vorliebe für Süßes als auch europäische Brotbacktechniken berücksichtigte. Um ein Brötchen zu backen, das den japanischen Geschmacksgewohnheiten entspricht, verwendete Kimura statt Hefe als Triebmittel Sakadane-Sauerteig. Anpan wurde so zu einem Symbol für die Verschmelzung verschiedener Brotbacktraditionen.

Was aber ist das Geheimnis des Sakadane-Sauerteigs? Der verwendete Kōji-Pilz hat die Fähigkeit, die in Reis und anderen Getreidesorten enthaltenen Stärken in Einfachzucker umzuwandeln. Stärke besteht aus vielen Zucker-Molekülen, die sich verkettet haben. Enzyme (in diesem Fall Amylasen) zerschneiden diese Ketten zunächst in Mehrfachzucker, dann immer weiter. Am Ende sind es Einfachzucker – perfekte Nahrung für Hefen und andere Mikroorganismen im Sauerteig. Diese enzymatische Aktivität bildet die Grundlage der Sauerteig-Gärung, die Backwaren einen komplexen Geschmack mit einer charakteristischen Umami-Note und einer dezenten Süße verleiht. Die Krume von Broten mit Sakadane-Sauerteig wird angenehm wattig.

### Sakadane-Sauerteig ansetzen

Die Herstellung von Sakadane-Sauerteig ist einfach. Die Basis bilden gekochter und ungekochter Reis. Am besten eignet sich Naturreis in Bio-Qualität. Salz würde die Fermentation hemmen, daher muss er ungesalzen



Kōji-Reis ist das Geheimnis des Sakadane-Sauerteigs und der Schlüssel zur Umami-Geschmackswelt

gekocht werden. Man benötigt weiterhin ein Glas mit Deckel, Kōji-Reis, Wasser und eine ordentliche Portion Geduld. Eine fertige Kōji-Kultur in Form von getrocknetem Kōji-Reis ist in gut sortierten Asialäden oder im Internet erhältlich.

Alternativ kann man Kōji-Reis auch selbst herstellen, indem man Reis mit gekauften Kōji-Sporen versetzt. Die sind jedoch seltener im Handel zu finden, sodass in dieser Anleitung mit gebrauchsfertigem Kōji-Reis gearbeitet wird.

Für japanisches Brot wird oft Sauerteig auf Basis von Reis verwendet





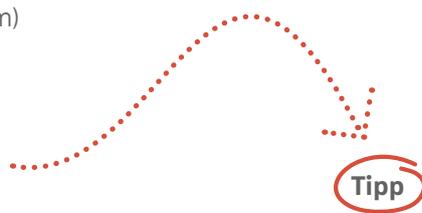
Gedämpfter Reis wird mit einer Kōji-Kultur beimpft, die sich auf dem Nährboden ausbreitet, dann wird alles getrocknet und kann für die Herstellung des Anstellguts verwendet werden



Gedämpfter Reis, der mit dem Schimmelpilz *Aspergillus Oryzae* beimpft wurde

### Tag 1

- ▶ 100 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 50 g Reis (ungekocht)
- ▶ 40 g Kōji-Reis
- ▶ 10 g Reis (gekocht, vollständig abgekühlt)



**Tipp**

Es empfiehlt sich, eine größere Menge Reis zu kochen und für die Dauer der Herstellung im Kühlschrank aufzubewahren.

Alle Zutaten gründlich mischen und an einem warmen Ort (maximal 33°C) für 48 Stunden reifen lassen. Geeignet ist ein Platz in der Nähe der Heizung oder der Backofen mit eingeschaltetem Licht – bei älteren Modellen wird dadurch ausreichend Wärme erzeugt. Eine weitere Option ist eine isolierte Box oder eine Bettdecke unter die man den Ansatz mit zwei mit heißem Wasser gefüllten Flaschen stellt.

Im Sommer genügt häufig auch die warme Raumtemperatur, damit die Mikroorganismen in der Masse ausreichend Aktivität entwickeln. Während dieser Zeit beginnt der Schimmelpilz, die im Reis enthaltenen Stärken zu vergärbaren Zuckern abzubauen. Gleichzeitig produzieren sie Fett- und Aminosäuren, die später das Geschmacksprofil definieren. Parallel werden Hefen aktiv. Sie produzieren Kohlendioxid und Alkohol, erkennbar einerseits am Geruch und andererseits an den aufsteigenden Bläschen im Glas. Damit die Gärgase entweichen können, darf der Deckel nur aufgesetzt und nicht fest verschlossen werden.

Nach Ablauf von 48 Stunden nimmt man einen Teil des ersten Ansatzes und verwendet ihn für die nächste Stufe. Der Rest des Ansatzes wird entsorgt, da zu diesem Zeitpunkt noch verschiedene Mikrobenstämme um die Vorherrschaft im Teig kämpfen. Unter ihnen befinden sich auch Fäulnis-Bakterien, daher sollte der Ansatz noch nicht für die Lebensmittelherstellung verwendet werden.

Auch sollte man nicht erschrecken, wenn die Masse anfangs etwas stechend riecht. Sein

Das gebrauchsfertige, aromatisch duftende Sakadane-Anstellgut besitzt eine starke Triebkraft





Unzählige Bläschen zeugen von der hohen Aktivität des Sakadane-Anstellguts



charakteristisches angenehmes Aroma entwickelt der Sauerteig erst in den nächsten Stufen.

#### Tag 3

- ▶ 30 g Sakadane-Sauerteig-Ansatz von Tag 1
- ▶ 80 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 100 g Reis (gekocht, vollständig abgekühlt)
- ▶ 30 g Kōji-Reis

Die Zutaten gründlich mischen und mit nicht vollständig geschlossenem Deckel an

einem warmen Ort 24 Stunden reifen lassen. Weiter geht es dann am vierten Tag:

#### Tag 4

- ▶ 30 g Sakadane-Sauerteig-Ansatz von Tag 3
- ▶ 60 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 100 g Reis (gekocht, vollständig abgekühlt)
- ▶ 20 g Kōji-Reis

Die Zutaten gründlich mischen und mit nicht vollständig geschlossenem Deckel an einem warmen Ort 24 Stunden reifen



Der Sakadane-Sauerteig ist reif und bereit für den nächsten Schritt im Backprozess

Anzeige

# HÄUSSLER

## Profi rund um's Backen



Teigknetmaschine



Holzbackofen



Backzubehör

Gratis Katalog anfordern:

Jetzt QR-Code scannen



SCAN MICH

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

88499 Heiligkreuztal  
Telefon 0 73 71/93 77-0



Das Sakadane-Brot besticht durch seine luftige Krume und eine krachende Kruste



Die feinporige Textur des Sakadane-Brottes ist das Ergebnis japanischer Fermentationstechnik

lassen. In dieser Stufe geht man wie beim vorherigen Ansatz vor. Allerdings ändern sich die Mengen der einzelnen Komponenten. Schon nach relativ kurzer Zeit kann man beobachten, wie kleine Gärbläschen aufsteigen und die Mikroorganismen auf Hochtouren arbeiten.

#### Tag 5

- ▶ 25 g Sakadane-Sauerteig-Ansatz von Tag 4
- ▶ 50 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 100 g Reis (gekocht, vollständig abgekühlt)
- ▶ 15 g Kōji-Reis

Die Zutaten gründlich mischen und mit nicht vollständig geschlossenem Deckel an einem warmen Ort 12 Stunden reifen lassen. Dieser letzte Schritt stabilisiert die Kōji-Kultur und

man erhält ein reifes Sakadane-Anstellgut. Es sollte alle 7 bis 14 Tage aufgefrischt werden. Die Auffrischung entspricht der Vorgehensweise wie an Tag 5.

### Verwendung des Anstellguts

Nun kann der Sakadane-Sauerteig wie klassisches Anstellgut für Brotrezepte verwendet werden. Dabei zeichnet er sich durch eine enorme Triebkraft aus und kann einen Teig ohne Zugabe von Hefe aufgehen lassen. Der Sauerteig ist daher besonders attraktiv für alle, die natürliche Triebmittel bevorzugen und auf industriell hergestellte Hefe verzichten wollen. So könnte beispielsweise ein klassischer Sakadane-Vorteig angesetzt werden:

#### Sakadane-Sauerteig

- ▶ 50 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 100 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 50 g Sakadane-Anstellgut

Die Zutaten gründlich mischen und zuge deckt bei Raumtemperatur 4-6 Stunden reifen lassen. Anschließend wird der Vorteig dem Hauptteig hinzugefügt. Da der Sauerteig sehr flüssig ist, muss man auf die Wassermenge im Hauptteig achten. Maximal die Hälfte, eher 20 bis 30 Prozent der Gesamtmehlmenge sollte man im Sauerteig fermentieren, damit das Brot gelingt.

### Kreative Ergänzung

Der Sakadane-Sauerteig auf Reisbasis, fermentiert durch Kōji-Pilze, stellt eine interessante Ergänzung zum klassischen Roggen- oder Weizenanstellgut in der heimischen Backstube dar. Er verleiht Broten und Brötchen einen charakteristischen Umami-Geschmack sowie eine leichte Süße. Auch auf die Krumenstruktur hat er positiven Einfluss.

Für leichte Sommergebäcke eignet sich das Anstellgut japanischer Art ebenso wie für Vollkornbrot. Dabei entwickelt es eine enorme Triebkraft und sollte daher stets in Maßen eingesetzt werden. Wer sich gerne kreativ in der Brotbäckerei ausprobiert, findet in Sakadane-Sauerteig einen geeigneten Begleiter, der eine große geschmackliche Vielfalt auf den Esstisch bringt und klassische Gebäcke hervorragend ergänzt. ■

# Das Magazin rund ums heimische Einkochen und Einmachen von Lebensmitteln

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



Jetzt abonnieren und keine  
Ausgabe mehr verpassen

[www.speisekammer-magazin.de](http://www.speisekammer-magazin.de)  
040 / 42 91 77-110

## Shop-finder



### BASIC Rezepte aus dem Häussler Backofen

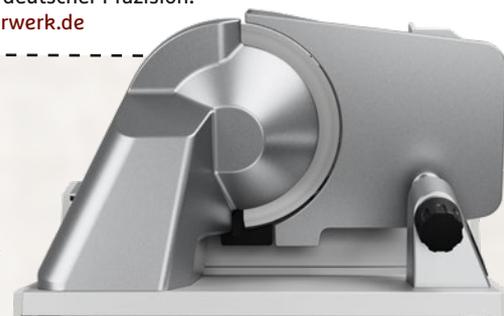
Dieses BASIC Buch bietet eine vielfältige Auswahl an einfachen Alltagsrezepten für den Häussler Holzbackofen und Elektro-Steinbackofen. Von köstlichen Brot- und Brötchenrezepten über Fisch- und Fleischgerichte bis hin zu vegetarischen Köstlichkeiten, Suppen und Soßen sowie verführerischen Kuchen und süßen Leckereien – hier ist für jeden Geschmack etwas dabei. Entdecken Sie die Vielfalt und Möglichkeiten Ihres Steinbackofens und lassen Sie sich von unseren Rezepten inspirieren.

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

### Feinschneider tondo 13

Mit seinem kraftvollen, wartungsfreien Kondensatormotor, dem präzisen, 19 cm großen Messer und dem einzigartigen Motorkopf schneidet der ritter Feinschneider alles von hauchdünnen Schinkenscheiben bis zu perfekt gleichmäßigem Brot. Entdecken Sie perfektes Schneiden mit dem ritter Feinschneider tondo 13 – ein Meisterstück deutscher Präzision.

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



Alles rund um's Backen  
und Selbermachen

HAÜSSLER



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

### Der Feinschneider

Schneid für Schnitt zur Perfektion.  
[www.ritterwerk.de](http://www.ritterwerk.de)



ritter  
QUALITY SINCE 1905

MADE IN  
GERMANY

# Anpan



## Sakadane-Sauerteig

- ▶ 35 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 70 g Weizenmehl 550
- ▶ 35 g Sakadane-Anstellgut

Die Zutaten gründlich verkneten und zugedeckt bei Raumtemperatur 10-14 Stunden reifen lassen.

## Hauptteig\*

- ▶ Sakadane-Sauerteig
- ▶ 120 g Vollmilch (kalt)
- ▶ 500 g Weizenmehl 550
- ▶ 1 Ei (Größe M)
- ▶ 10 g Salz

### Spätere Zugabe

- ▶ 60 g Butter (kalt, in Stückchen)
- ▶ 60 g Zucker

### Für die Füllung

- ▶ zirka 760 g süße Bohnenpaste

### Topping

- ▶ 1 Ei (Größe M)
- ▶ etwa 100 g Sesamseed (schwarz)

\*Ergibt 19 Stück

Die Geschichte des Anpans beginnt mit Yasubei Kimura, einem Samurai, der nach dem Ende seiner Militärlaufbahn einen neuen Beruf brauchte. Und so wurde aus dem Krieger ein Bäcker mit der Idee, Brotteig mit Sakadane-Sauerteig zu treiben. Den füllte er mit süßer Bohnenpaste (Anko). Nach vielen Experimenten entstand so das Anpan. Die aromatischen Brötchen wurden in der Bevölkerung bald so beliebt, dass sogar der japanischen Kaiser anfang, in Kimuras Bäckerei Anpan zu bestellen.

● Alle Zutaten – außer Butter und Zucker – auf langsamer Stufe 3 Minuten mischen, dann auf schnellerer Stufe 8 Minuten kneten.

● Butter sowie Zucker dazugeben und auf schnellerer Stufe 4 Minuten unterkneten. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur zirka 6 Stunden gehen lassen.

● Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, in 19 zirka 50 g schwere Portionen teilen, diese rundschleifen und 10 Minuten bei Raumtemperatur entspannen lassen.

● Jede Teigkugel plattdrücken und jeweils etwa 40 g der Bohnenmasse – zur Kugel geformt – auf die Mitte des Fladens legen (Bild 1).

● Die Teigländer von allen 4 Seiten über der Füllung zusammendrücken (Bilder 2+3), sodass eine Kugel entsteht (Bild 4). Die Teiglinge mit der Naht nach unten auf ein mit einer Dauerbackmatte (alternativ Backpapier) ausgelegtes Backblech setzen.

## Zeitstraster

21.00 Uhr  
Bohnen einweichen  
Sauerteig ansetzen

Nächster Tag  
8.00 Uhr  
Hauptteig  
ansetzen

8.15 Uhr  
Süße Bohnenpaste  
herstellen

14.00 Uhr  
Brötchen formen

17.00 Uhr  
Ofen vorheizen

17.30 Uhr  
Backen

17.48 Uhr  
Brötchen fertig



**Tipp**  
 Statt des Sakadane-Sauerteigs kann auch ein anderes Anstellgut verwendet werden. Es ergibt sich dann ein anderes Geschmacksprofil. Gegebenenfalls muss man die Wassermenge etwas angleichen.

Rezept & Bilder:  
 Stefanie Herberth  
 @hefe\_und\_mehr  
 hefe-und-mehr.de

- ☉ Für das Topping des Ei verquirlen und die Teiglinge damit bestreichen (Bild 5).
- ☉ Nun das Ende eines Rollholzes (alternativ Kochlöffel) anfeuchten, in (schwarzen) Sesam tauchen (Bild 6) und jeweils vorsichtig auf die Mitte der Teiglinge drücken (Bild 7+8). Die Teiglinge zudecken und bei Raumtemperatur etwa 3 Stunden gehen lassen.
- ☉ Rechtzeitig den Backofen auf 175°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- ☉ Das Blech mit den Teiglingen unter Schwaden in den Ofen geben und 18 Minuten backen. 🍴

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen, Reis
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	mittelfest
Zeit gesamt:	20,5-24,5 Stunden
Zeit am Backtag:	10,5 Stunden
Backzeit:	18 Minuten
Starttemperatur:	175°C
Backtemperatur:	175°C
Schwaden:	beim Einschließen

## SÜSSE BOHNENPASTE\*

### Zutaten

- ▶ Zirka 1.000 g Wasser
- ▶ 250 g Azukibohnen
- ▶ 250 g Zucker

\*Ergibt zirka 760 g

Die Azukibohnen und 500 g Wasser in eine Schüssel geben und zuge- deckt bei Raumtemperatur 10-12 Stunden quellen lassen.

Das Einweichwasser abgießen – es wird nicht weiter verwendet – und nun die Bohnen mit etwa 500 g Wasser vollständig bedeckt aufko-

chen lassen. Die Bohnen 90 Minuten leicht köcheln lassen, bis sie weich sind, anschließend gut abtropfen lassen – das Wasser wird nicht weiter verwendet.

Die abgetropften Bohnen durch ein Sieb streichen und gründlich mit Zucker mischen.

Die Masse unter Rühren aufkochen und 5-10 Minuten köcheln lassen, bis sie andickt. Anschließend zuge- deckt bei Raumtemperatur etwa 2-6 Stunden vollständig abkühlen lassen.



# Hafer-Schwanzbrot

## NO-KNEAD-REZEPT

kein Kneten erforderlich

## Sauerteig

- ▶ 100 g Wasser (warm)
- ▶ 50 g Buchweizenschrot (alternativ Buchweizenmehl)
- ▶ 50 g Haferschrot (alternativ Hafermehl)
- ▶ 10 g Sakadane-Anstellgut

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt an einem warmen Ort etwa 12 Stunden reifen lassen.



## Brühstück

- ▶ 430 g Wasser (kochend)
- ▶ 200 g Haferkörner
- ▶ 130 g Sonnenblumenkerne
- ▶ 50 g Buchweizenkörner (alternativ Buchweizenmehl)
- ▶ 60 g Leinsaat (ganz)
- ▶ 50 g Kürbiskerne
- ▶ 30 g Leinsaat (geschrotet)
- ▶ 12 g Salz

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt bei Raumtemperatur etwa 12 Stunden quellen lassen.

## Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Brühstück
- ▶ 100 g Wasser (optional, nach Bedarf)
- ▶ 50 g Haferflocken (fein)
- ▶ 30 g Rübensirup
- ▶ 20 g Flohsamenschalen (gemahlen)

### Topping

- ▶ 30-60 g Haferflocken (alternativ Haferkleie)

Wer Schwarzbrot mag, wird mit dieser glutenfreien Variante glücklich. Als Triebmittel wird ein Sakadane-Sauerteig eingesetzt, der dem Brot ein vielschichtiges Aroma sowie leichte Säurenoten verleiht. Flocken, Saaten, Schrot und Körner sorgen für ordentlich Biss und ein lang anhaltendes Sättigungsgefühl. Dazu passt beispielsweise ein würziger Kräuterquark.

☉ Haferflocken und Flohsamenschale mischen, die restlichen Zutaten hinzufügen und mischen, bis ein homogener Teig entsteht, dann zugedeckt bei Raumtemperatur 20 Minuten quellen lassen.

☉ Die Konsistenz des Teiges testen. Der Teig sollte so feucht sein, dass man eine Teigkugel daraus formen kann, die beim Plattdrücken an den Seiten keine Risse bekommt. Ist er zu trocken, noch etwas Wasser hinzufügen und den Test wiederholen.

☉ Eine Kastenform (zirka 23 cm) fetten und mit Haferkleie austreuen.

☉ Den Teig auf eine Arbeitsfläche geben, zu einer etwa 23 cm langen Rolle formen, in die Form legen, etwas glatt-drücken und mit Haferflocken bestreuen. Den Teig anschließend zugedeckt bei Raumtemperatur 90 Minuten gehen lassen.

☉ Rechtzeitig den Backofen auf 220°C vorheizen.

☉ Den Teigling in der Kastenform mit Schwaden in den Ofen geben, die Temperatur auf 160°C reduzieren und 90 Minuten backen. 🍴

Rezept & Bild: Stefanie Herberth

📷 @hefe\_und\_mehr

🖥️ hefe-und-mehr.de

## SAKADANE-SAUERTEIG AUS HAFERFLOCKEN

Der Sakadane-Ansatz lässt sich anstelle von gekochtem Reis auch sehr gut mit überbrühten Haferflocken auffrischen. Dazu werden 50 g feine Haferflocken mit 50 g kochendem Wasser überbrüht und auf 30°C abgekühlt. Nun fügt man 20 g Kōjireis und 30 g Sakadane-Anstellgut hinzu. Die Masse lässt man bei 28-30°C für 3-4 Stunden reifen, bis der Ansatz stark blubbert. Aufgrund der Enzym-Aktivität des Kōji ist der Ansatz verflüssigt und ein Großteil der Haferflocken hat sich aufgelöst.

## Tipp

Statt des Sakadane-Anstellguts kann auch ein anderer Starter verwendet werden. Es ergibt sich dann allerdings ein anderes Geschmacksaroma. Es empfiehlt sich eine Ruhephase von mindestens 12 Stunden vor dem Anschnitt.



Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Hafer, Reis
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	fest
Zeit gesamt:	15,5-16,5 Stunden
Zeit am Backtag:	3,5-4,5 Stunden
Backzeit:	90 Minuten
Starttemperatur:	220°C
Backtemperatur:	160°C sofort
Schwaden:	beim Einschließen



## Zeitnasten

20.00 Uhr  
Sauerteig und  
Brühstück ansetzen

Nächster Tag  
8.00 Uhr  
Hauptteig ansetzen

8.30 Uhr  
Brot formen

9.35 Uhr  
Ofen vorheizen

10.05 Uhr  
Backen

11.35 Uhr  
Brot fertig

# Sauerteig

- ▶ 55 g Wasser (kalt)
- ▶ 110 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 110 g Sakadane-Anstellgut

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt bei Raumtemperatur 6 Stunden reifen lassen.



# Brühstück

- ▶ 110 g Wasser (kochend)
- ▶ 55 g Weizenmehl 550

Das Mehl mit dem Wasser übergießen, gründlich mischen und zugedeckt bei Raumtemperatur zirka 2-6 Stunden abkühlen lassen.

# Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Brühstück
- ▶ 120 g Wasser (kalt)
- ▶ 380 g Weizenmehl 550
- ▶ 25 g Zucker
- ▶ 12 g Salz

## Spätere Zugabe

- ▶ 20 g Pflanzenöl

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen, Reis
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	mittelfest, klebrig
Zeit gesamt:	13 Stunden
Zeit am Backtag:	13 Stunden
Backzeit:	50 Minuten
Starttemperatur:	230°C
Backtemperatur:	210°C, nach 10 Minuten
Schwaden:	beim Einschließen

## Zeitraster

8.00 Uhr  
Sauerteig und  
Brühstück ansetzen

14.00 Uhr  
Hauptteig ansetzen

18.15 Uhr  
Brot formen

19.45 Uhr  
Ofen vorheizen

20.15 Uhr  
Backen

21.05 Uhr  
Brot fertig

Rezept & Bild: Dorothee Keipke

@brotschafterin

brotschafterin.de



# Sakadane-Brot

Ideal für Brotfans und experimentierfreudige Backbegeisterte, bietet dieses Brot einen kinderleichten Einstieg in die faszinierende Welt des Sakadane-Sauerteigs. Der verleiht dem Laib nicht nur eine unvergleichliche Krume, sondern auch ein tiefes, umamiartiges Aroma mit einer subtilen Süße. So bringt man im Handumdrehen ein Stück jahrhundertealte japanische Fermentationstechnik in die heimische Backstube.

● Alle Zutaten – außer Öl – auf langsamer Stufe 5 Minuten mischen, dann auf schnellerer Stufe 4 Minuten kneten.

● Das Öl zugeben und auf schnellerer Stufe 1 Minute unterkneten. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur 4 Stunden gehen lassen.

● Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, rundwirken und mit Schluss nach oben in einem leicht bemehlten Gärkorbchen bei Raumtemperatur 120 Minuten zur Gare stellen.

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

● Den Teigling sanft aus dem Gärkorbchen stürzen, einschneiden, mit Schwaden in den Ofen geben und 10 Minuten backen. Die Temperatur auf 210°C reduzieren und weitere 40 Minuten backen. ■

## Tipp

Der Sakadane-Sauerteig lässt sich durch anderes triebstarkes Anstellgut ersetzen, das Aromaprofil wird dann aber deutlich abweichen. Am besten eignet sich Lievito Madre, in dem Fall muss gegebenenfalls die Wassermenge angepasst werden.



Mehr als **30 Rezepte**  
für jeden Tag  
kreativ · bekömmlich · gelingsicher

**VIVA HELVETIA!**  
So lecker ist  
die Schweiz

**CRUMB IT UP!**  
So entstehen  
luftige Gebäcke

**LACK FÜR DIE KRUSTE**  
So pimpst Du  
jedes Gebäck

6,90  
A: 7,00



Mehr als **30 Rezepte**  
für jeden Tag  
kreativ · bekömmlich · gelingsicher

**ALLES ÜBER SALZ**  
Mehr als Geschmack  
im Teig

**SAKADANE-SAUERTEIG**  
Japanische Brotkultur  
für daheim

**MIT RUCHMEHL BACKEN**  
Aroma-Booster  
in jedem Gebäck

6,90 EUR  
A: 7,60 Euro, CH: 13,00 Euro



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

**Jetzt bestellen!**

**Deine Abo-Vorteile:**

- 10% Ersparnis auf den Heftpreis
- Zugriff auf das gesamte Digital-Archiv mit mehr als 1.500 Rezepten
- Keine Versandkosten, jederzeit kündbar
- 2 Wochen vor Erscheinen Zugriff auf die Digital-Ausgabe
- Preisvorteile für Sonderhefte und **BROT**Fibeln bei Neuerscheinung

**www.brot-magazin.de/einkaufen**

**service@wm-medien.de • 040/42 91 77-110**

Manchmal sind es die unscheinbaren Dinge, die sich plötzlich als fantastische Bereicherung erweisen. Und dann trotzen sie auch noch allen Vorurteilen. Roggen kann man nur mit Sauerteig backen? Das war mal so, ist aber lange her. Heutiger Roggen funktioniert prima mit Hefe. Und wenn man einen gut gereiften Vorteig mit ins Spiel bringt, ist das auch aromatisch eine runde Sache.

## Vorteig (Poolish)

- ▶ 200 g Wasser (warm)
- ▶ 200 g Roggenmehl 1370 (alternativ Roggenmehl 1150)
- ▶ 0,1 g Frischhefe

Die Hefe im Wasser auflösen, das Mehl hinzufügen und alles gründlich mischen. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur 10-14 Stunden reifen lassen.



## Brühstück

- ▶ 70 g Wasser (kochend)
- ▶ 30 g Haferflocken

Die Zutaten mischen und zugedeckt bei Raumtemperatur 10-14 Stunden quellen lassen.

## Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ Brühstück
- ▶ 220 g Wasser (warm)
- ▶ 400 g Roggenmehl 1370 (alternativ Roggenmehl 1150)
- ▶ 12 g Salz

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

Rezept:  
Sebastian Marquardt  
Bild: Jan Schnare

@brotmagazin  
 /brotmagazin  
 brot-magazin.de

- 🕒 Alle Zutaten 15 Minuten auf langsamer Stufe mischen und zugedeckt 120 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.
- 🕒 Den Teig auf eine reichlich bemehlte Arbeitsfläche geben und rundformen. Mit Schluss nach unten 60 Minuten bei Raumtemperatur in einem bemehlten Gärkorbchen gehen lassen.
- 🕒 Rechtzeitig den Backofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- 🕒 Den Teigling sanft aus dem Gärkorbchen stürzen und in den Ofen geben. Die Temperatur auf 230°C senken und 50 Minuten backen. 🍞

# Tomi

Für Einsteiger  
geeignet

Schwierigkeitsgrad:	☆☆☆
Getreide:	Roggen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	fest, klebrig
Zeit gesamt:	14,5 -18,5 Stunden
Zeit am Backtag:	4,5 Stunden
Backzeit:	50 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	230°C sofort
Schwaden:	nein



## Zeitraster

22.00 Uhr  
Vorteig und  
Brühstück ansetzen

Nächster Tag  
9.00 Uhr  
Hauptteig ansetzen

11.25 Uhr  
Brot formen

12.10 Uhr  
Ofen vorheizen

12.30 Uhr  
Backen

13.30 Uhr  
Brot fertig

# Tozi



Rezept: Sebastian Marquardt  
Bild: Jan Schnare

 @brotmagazin

 /brotmagazin

 brot-magazin.de

Wenn die Tage wieder kürzer und kühler werden, dürfen auch Zwirbel etwas herzhafter schmecken. Ob als Mitbringsel zur Party, als Beilage zum Salat, zur herzhaften Suppe oder auch als kleines Frühstücksbrot für die Schule – das kleine und praktische Gebäck passt zu jeder Gelegenheit.

☉ Alle Zutaten 8 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann 7 Minuten auf schnellerer Stufe kneten.

☉ Die Tomaten zum Teig geben und etwa 2 Minuten auf langsamer Stufe unterkneten. Den Teig zugedeckt 2-3 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen.

☉ Den Teig auf eine reichlich bemehlte Arbeitsfläche geben, in zwei Stücke teilen und diese jeweils in sich selbst verdrehen, dabei möglichst wenig Gärgas aus dem Teig drücken.

☉ Die Teiglinge mit einem Geschirrtuch zugedeckt 30 Minuten bei Raumtemperatur auf einem mit einer Dauerbackfolie (alternativ Backpapier) ausgelegten Blech gehen lassen.

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

☉ Das Blech mit den Teiglingen in den Ofen geben, schwaden und 25-30 Minuten backen. ■

## Sauerteig

- ▶ 150 g Wasser (warm)
- ▶ 150 g Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 15 g Anstellgut

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

## Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 220 g Wasser (handwarm)
- ▶ 350 g Weizenmehl 550
- ▶ 10 g Salz

### Spätere Zugabe

- ▶ 120 g Tomaten (halbtrocknet, in kleinen Stücken)

### Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen, Roggen
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	weich, bindig
Zeit gesamt:	15,5-18,5 Stunden
Zeit am Backtag:	3,5-4,5 Stunden
Backzeit:	25-30 Minuten
Starttemperatur:	230°C
Backtemperatur:	230°C
Schwaden:	beim Einschließen



### Zeitraster

20.00 Uhr  
Sauerteig ansetzen

Nächster Tag

10.00 Uhr  
Hauptteig ansetzen

13.00 Uhr  
Brote formen

13.05 Uhr  
Ofen vorheizen

13.35 Uhr  
Backen

14.00 Uhr  
Brote fertig

# Lilia

Sie ist schnell zubereitet, verströmt schon während des Backens einen fantastischen Geruch und macht am Esstisch alle glücklich. Die Focaccia verdient eine wichtigere Stellung im Speiseplan. Bei wenig Aufwand überzeugt das Gebäck auf allen Genuss-Ebenen. Vor allem wenn der Teig aus ganz besonderen Mehlen in einer langen Kühlezeit hervorragende Aromen entwickelt.

## Teig-Zutaten

- ▶ 420 g Wasser (kalt)
- ▶ 200 g Timilia di Sicilia (alternativ Hartweizenmehl)
- ▶ 300 g Maiorca (alternativ Weizenmehl 550)
- ▶ 8 g Salz
- ▶ 3 g Frischhefe

## Topping

- ▶ 5-8 Kirschtomaten (halbiert)
- ▶ 2 Zweige Rosmarin (davon die gezupften Blätter)
- ▶ 1 Knoblauchzehe (in dünnen Scheiben)
- ▶ 5 g Salz (grob)
- ▶ 10-20 g Dalla Mamma Olivenöl

Bild: Jan Schnare

☉ Alle Zutaten 8 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann 7 Minuten auf schnellerer Stufe kneten und zugedeckt in einer leicht geölten Schüssel 60-90 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen. Dann für 18-24 Stunden in den Kühlschrank stellen.

☉ Am Backtag den Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

☉ Den Teig auf ein mit einer Dauerbackfolie (alternativ Backpapier) ausgelegtes Blech geben und mit dem Olivenöl beträufeln. Das Öl gleichmäßig auf dem Teig verteilen, ihn dabei ausziehen, bis er zwischen 1,5 und 2 Zentimetern hoch ist, und mit den Fingern Mulden in den Teig stippen.

☉ Den Teig mit den Toppingzutaten belegen und 15-30 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.

☉ Das Blech mit dem Teigling in den Ofen geben und 25-30 Minuten backen. 🍴



Das Bio-Weichweizenmehl „Maiorca“ von Molini Riggi ist aus ökologischem Urgetreide hergestellt. Ideal für leckere Backwaren. Das Bio-Hartweizenmehl „Timilia“ der gleichen Marke sorgt für ein kräftiges Geschmackserlebnis. Ideal für Pasta und Pizza. Das italienische Extra Vergine Bio-Olivenöl „dalla Mamma“ der Marke Giolea rundet jeden Teller ab. Die perfekte Ergänzung! Mehr ausgewählte Produkte aus Italien unter

[giolea.com](http://giolea.com)

Anzeige

**Giolea**  
Prodotto in Italia



## Tipp

Beim Belag der Focaccia ist Fantasie gefragt. So lässt sich der Belag auch um Oliven, Zwiebeln oder zum Beispiel dünne Kartoffelscheiben ergänzen. Was zählt, sind der eigene Geschmack und Experimentierfreude.



*Für Einsteiger  
geeignet*

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	Weizen, Hartweizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	weich, bindig
Zeit gesamt:	20,5-26,5 Stunden
Zeit am Backtag:	1 Stunde
Backzeit:	25-30 Minuten
Starttemperatur:	200°C
Backtemperatur:	200°C
Schwaden:	nein



## Zeitstrahler

20.00 Uhr  
Teig ansetzen

21.40 Uhr  
Teig in den  
Kühlschrank stellen

Nächster Tag  
18.00 Uhr  
Backofen vorheizen, Focaccia  
formen und belegen

18.30 Uhr  
Backen

19.00 Uhr  
Focaccia fertig



Für Einsteiger  
geeignet

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆  
Getreide: Weizen, Roggen  
Triebmittel: Sauerteig  
Teigkonsistenz: weich  
Zeit gesamt: 19,5-25,5 Stunden  
Zeit am Backtag: 7,5-9,5 Stunden  
Backzeit: 60 Minuten  
Starttemperatur: 200°C  
Backtemperatur: 180°C sofort  
Schwaden: nein



### Zeitraster

18.00 Uhr  
Sauerteig und  
Brühstück ansetzen

Nächster Tag  
8.00 Uhr  
Hauptteig ansetzen

8.15 Uhr  
Teig in die  
Form geben

15.30 Uhr  
Ofen vorheizen

16.00 Uhr  
Backen

17.00 Uhr  
Brot fertig

# Kuntis

Kürbiskerne findet man bevorzugt in dunkleren Broten. Aber auch in einem hellen Weizenteig ergänzen sie das Aroma hervorragend. Besonders, wenn man sie zuvor etwas anröstet. Im Teig sorgt eine kleine Menge Roggenmehl für einen geschmacklichen Kick. Herzhafte Aufstriche machen sich hervorragend auf diesem Brot. Ist es schon etwas älter, lassen sich die Scheiben wunderbar auftoasten. Ein Genuss!

- Alle Zutaten 8 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann 7 Minuten auf schnellerer Stufe kneten.
- Die Kürbiskerne aus dem Brühstück zum Teig geben und etwa 2 Minuten auf langsamer Stufe unterkneten.
- Den Teig in eine gefettete Kastenform (zirka 30 cm) geben und zugedeckt 6-8 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen, bis der Teig die Backform voll ausfüllt.

- Rechtzeitig den Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

- Den Teig in der Kastenform in den Ofen geben, die Temperatur auf 180°C senken und 60 Minuten backen. ■

## Sauerteig

- ▶ 150 g Wasser (warm)
- ▶ 100 g Weizenmehl 1050
- ▶ 50 g Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 15 g Anstellgut

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



## Brühstück

- ▶ 500 g Wasser
- ▶ 150 g Kürbiskerne

Die Kürbiskerne nach Belieben trocken anrösten, sofort mit dem Wasser übergießen und bis zu 16 Stunden bei Raumtemperatur abkühlen lassen. Das Wasser vor der Weiterverarbeitung absieben.

## Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 300 g Wasser (kalt)
- ▶ 450 g Weizenmehl 550
- ▶ 12 g Salz
- ▶ Spätere Zugabe
- ▶ Brühstück

Rezept: Sebastian Marquardt  
Bild: Jan Schnare

@brotmagazin  
 /brotmagazin  
 brot-magazin.de

Trockene Dinkelbrote gehören der Vergangenheit an. Mit guten Mehlen und ausreichend Zeit für eine gute Fermentation des Teiges wird auch ein Dinkelbrot ohne Tricks zur Gaumenfreude. Einzig ein Schuss Zitronensaft hilft, das Glutengerüst zu straffen. So lässt sich der Teig besser formen, es ist geschmacklich aber nicht spürbar. Das Brot selbst ist ein praktischer Allrounder.

## Sauerteig

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

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

## Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 230 g Wasser (kalt)
- ▶ 350 g Dinkelmehl 630
- ▶ 50 g Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 10 g Zitronensaft

☉ Alle Zutaten 10 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann 2 Minuten auf schnellerer Stufe kneten und 120 Minuten zugedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen.

☉ Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, langformen und 60 Minuten in einem bemehlten Gärkorbchen zur Gare stellen.

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

☉ Den Teigling sanft aus dem Gärkorbchen stürzen, einschneiden, mit Schwaden in den Ofen geben, die Temperatur auf 230°C senken und 45 Minuten backen. 🍞



### Zeitnasten

22.00 Uhr  
Sauerteig ansetzen

Nächster Tag

10.00 Uhr  
Hauptteig ansetzen

12.30 Uhr  
Brot formen

13.05 Uhr  
Ofen vorheizen

13.35 Uhr  
Backen

14.20 Uhr  
Brot fertig

# Didli



## Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★☆
Getreide:	Dinkel, Roggen
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	weich, klebrig
Zeit gesamt:	16,5-20,5 Stunden
Zeit am Backtag:	4,5 Stunden
Backzeit:	45 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	230°C sofort
Schwaden:	beim Einschließen

Rezept: Sebastian Marquardt  
Bild: Jan Schnare

 @brotmagazin

 /brotmagazin

 brot-magazin.de

# Euer BROT

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



Shyto aus **BROT** 04/24 stellte sich als wunderbares und saftiges Roggenbrot ohne Hefe heraus, das lange frisch hält. Der Teig war allerdings ziemlich klebrig. Völlig unkompliziert in der Handhabung fand ich das Norddeutsche Landbrot aus **BROT** 04/21 mit Sauerteig und einem Brühstück aus Flohsamenschalen. Ich habe das Gärkörbchen mit Fenchelsamen ausgestreut – lecker!

**Melanie Becker**

Meine Schwägerin Katrin und ich veranstalten einmal im Jahr einen Brotbacktag. Wir suchen uns immer ein paar interessante Rezepte, unter anderem auch welche, die uns ein wenig herausfordern. Umso größer ist dann die Freude, wenn es klappt. Dieses Mal haben wir Madika aus **BROT** 04/24, das Sauerteig-Baguette aus dem **BROT**Sonderheft Ricardo Fischers Brot, die Schwäbische Brezga aus **BROT** 03/18, die Laugen-August-Weggen aus **BROT** 05/22 sowie die Dinzbrötchen – mit Zimt, Zucker und auch mit Schokolade – aus **BROT** 03/24 gebacken.

**Nicole Schulz**



Ich möchte meine letzte Version der Dinkelwolke aus **BROT** 03/24 vorstellen. Allzu große Brote gefallen mir nicht, deswegen werden es immer zwei!

**Sascha Spee**



Das Pane Nittardi aus dem **BROT**Sonderheft Brot zum Grillen von 2021 gab es dieses Mal mit Lievito Madre und wenig Hefe. Der Teig wurde erhöht auf drei Brote, die erste Gare auf zwei Stunden. Die Laibe hatten eine softe Krume – das werde ich in Zukunft immer so backen. Für ein Straßenfest fiel meine Wahl außerdem auf die herzhaften Sauerteigplätzchen aus dem **BROT**Sonderheft Festlich Backen von 2019 – mit Pecorino, Parmesan, Kräutern der Provence sowie etwas Rosmarin zusätzlich. Super lecker!

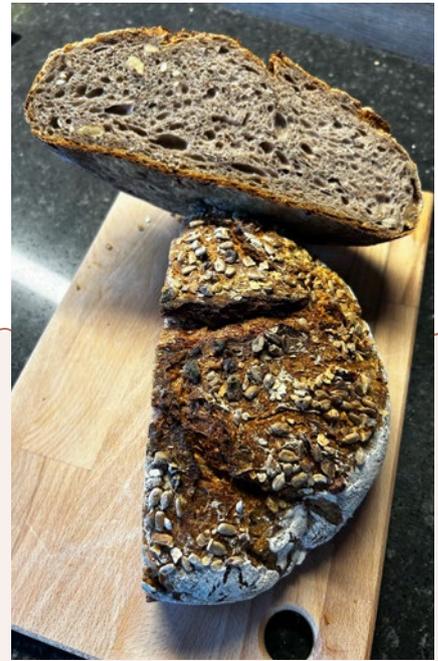
**Stephanie Wilking**





Aus BROT 05/23 ist der herzhafteste, aromatische, kräftige Bajuware mit dem Hefeweißbier in meinen Ofen gekommen. Der Kümmel hat den Laib perfekt vervollständigt. Einfach toll.

**Enrico Hader**



So schaut mein kleines Körner-Nüsschen aus BROT 01/24 aus. Beim Backen roch es so wunderbar nach Zimt, aber hinterher im fertigen Brot sticht kein übertriebener Zimtgeschmack hervor. Meine Familie war total begeistert von diesem Rezept. Es kommt bei uns auf die Liste der Lieblingsbrote.

**Karin Rein**



Wow, was für eine Kruste! Das Shoftyi aus BROT 04/24 wurde noch lauwarm angeschnitten und ruckzuck war alles weg. Der Teig war super zu verarbeiten. Wir sind begeistert.

**Edeltraud Tagscherer**

Aller guten Dinge sind drei. Das habe ich mir auch bei den Dinkelbaguettes aus dem BROT Sonderheft Brot zum Grillen gedacht.

**Andrea Keilmann**



Fluffig wie eine Wolke und vom Geschmack auch top – die Dinkelwolke ist in BROT 03/24 zu finden. Weil mir das Brot ausging, habe ich erstmal einen Vorteig angesetzt und danach geschaut, was ich damit anfangen. Er war sehr aktiv und ich brauchte keine weitere Hefe im Hauptteig.

**Angelika Bode**



Für die Schnellen Sesamhörnchen aus **BROT 04/24** habe ich Gelbweizen und griechischen Joghurt verwendet. Beim Ausrollen musste ich ein wenig an Mehl verwenden. Ansonsten hat es prima geklappt und sehr gut geschmeckt. Die Hörnchen wurden noch warm verspeist. Auch als sehr lecker befunden wurde die Schweizer Hüttenkruste, zu finden in **BROT 05/24**. Die Sonnenblumenkerne habe ich ein paar Stunden vorher in Wasser eingeweicht und alles zusammen dann in den Teig gekippt. Selbst nach drei Tagen war das Brot noch sehr fein.

**Rolf Schriemer**

Das Texas Hold'em aus dem **BROT**Sonderheft **All In One-Brote** wird auf jeden Fall noch öfter gebacken. Es hat einen extrem weichen Teig – da war auch nichts mehr mit Dehnen und Falten. Ich habe dann beherzt Mehl dazugegeben. Und das ist das Ergebnis. Es ist traumhaft lecker. Zwei Scheiben wurden noch warm, nur mit Butter, Salz und frisch gemahlenem schwarzen Pfeffer verspeist. Auch das rustikale italienische Landbrot aus **BROT 04/24** habe ich gebacken – mit Manitobamehl.

**Wassu Grefen**



Endlich, endlich hatte ich mal wieder Zeit, Brot zu backen. Nicht zum ersten Mal fiel meine Wahl auf das Sommer-Quickie aus **BROT 04/18** – immer ein Genuss!

**Annette Pagel**



Für unsere Backsessions im alten Backhaus mit Lehmofen ist **With Paris in Love**, gefunden in **BROT 03/24**, unser Favorit. Gerne ersetzen wir einen Teil des Weizenmehls durch Emmermehl, Bagguettemehl oder aber durch einen höheren Anteil an Roggenmehl. Auch das Knoblauch-Batard aus **BROT 02/24** ist mit leicht abgewandeltem Rezept sowie einer leckeren Knoblauchstreiche immer wieder gefragt.

**Cornelia Döring**

Das ist der Sommer-Allrounder aus **BROT 05/24**. Bei der Wärme ist das Brot förmlich explodiert und es duftet nach Italien-Urlaub. Das gefällt mir sehr.

**Sabine Petrowski**





Julian aus **BROT 05/24** hat mich sofort angesprochen. Das ist schon das zweite aus meinem Ofen und es ist ein herrlich rustikales, geschmackvolles Brot. Ich habe noch 3 Gramm Backmalz ergänzt, was die Kruste noch knuspriger werden ließ.

**Michael Peters**

Heute sind es mehrere Wims aus **BROT 03/24** geworden. Den mittleren Laib habe ich mit Anregung aus **BROT 05/24** mit einer Senfkruste umgesetzt und bei den Saaten auch auf Senfsamen zurückgegriffen. Es ist ein sehr leckeres, unkompliziertes Brot.

**Tanja Hielscher-Renkly**



Das Körnerkästchen aus **BROT 02/24** kann sich sehen lassen. Weil ich keinen Multivitaminsaft da hatte, griff ich stattdessen auf mit Wasser gemischten Apfelsaft zurück. Der Teig war schön zu händeln, obwohl er weich war. Der Geschmack ist richtig toll und das Aroma vom Holzbackrahmen ist so toll, dieses fantastische Brot wird es definitiv öfter bei uns geben.

**Ingrid Lopic**



Ein schnell gebackenes Brot ist – wie der Name schon verspricht – Speedy Cheesy aus **BROT 01/24**. Trotz kurzer Arbeitszeit ist es sehr schmackhaft!

**Lutz Roth**

Leider gab es beim Backen meines Knoblauch-Batards aus **BROT 02/24** einen Hardware-Fehler – meine Waage war plötzlich kaputt, also musste ich ein bisschen improvisieren. Ich muss sagen, auch wenn das Backen holprig verlief, ist das Brot echt richtig gut.

**Tanja Melitta H**



**Zeigt her  
Eure Brote!**

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

# Zwetschgenmus

- ▶ 500 g Zwetschgen
- ▶ 50-70 g Kristallzucker

Die Zwetschgen entsteinen, mit der Innenseite nach oben auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und mit Kristallzucker bestreuen.

Die Zwetschgen in den ungeheizten Ofen geben, den Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze stellen und die Früchte darin etwa 30 Minuten garen, sodass sie zu einem weichen Mus werden. Die Früchte in ein Sieb geben, darin abtropfen und etwa 60 Minuten bei Raumtemperatur auskühlen lassen. Sie werden so, wie sie sind, in den Teig gegeben.

## Hauptteig

- ▶ Zwetschgenmus
- ▶ 200 g Vollmilch (kalt)
- ▶ 500 g Dinkelmehl 630
- ▶ 70 g Walnüsse (grob gehackt)
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 3 g Frischhefe

Rezept & Bild: Bärbel Adelhelm

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★★
Getreide:	Dinkel
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	saftig, klebrig
Zeit gesamt:	13,5-16 Stunden
Zeit am Backtag:	2,5-3 Stunden
Backzeit:	40 Minuten
Starttemperatur:	220°C
Backtemperatur:	190°C, nach 10 Minuten
Schwaden:	beim Einschließen



NO-KNEAD-REZEPT

kein Kneten erforderlich

# Pflümli

### Tip

Der Saft aus dem Quellstück kann aufgefangen werden, wird für das Brot allerdings nicht weiter verwendet. Da der Teig sehr klebrig ist, lässt er sich am besten mit einem Teigschaber bearbeiten.

Zwetschgen eignen sich nicht nur als Zutat für leckeren Brotaufstrich, sondern auch als Geschmacksgeber im Teig. Der wird durch die Beigabe außerordentlich saftig. Die Nüsse runden das Aroma des Brotes perfekt ab. So kann man es schließlich sogar pur genießen. Oder man belegt es mit einer Scheibe Ziegenkäse. Aber auch süße Aufstriche passen sehr gut dazu. Das Gebäck selbst schmeckt schließlich herzhafter als gedacht.

● Alle Zutaten gründlich mischen, bis keine Mehlnester mehr vorhanden sind.

● Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, von Hand nochmal kräftig durchkneten und rundformen. Den Teig in eine Schüssel geben, zugedeckt bei Raumtemperatur etwa 60 Minuten anspringen lassen und dann für 8-10 Stunden in den Kühlschrank stellen.

● Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und etwa 30 Minuten bei Raumtemperatur akklimatisieren lassen.

● Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, noch einmal kräftig durchkneten, rundformen und mit Schluss nach oben in der Teigschüssel bei Raumtemperatur 60 Minuten gehen lassen.

● Rechtzeitig den Backofen auf 220°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

● Den Teigling sanft aus der Schüssel kippen, einschneiden, mit kräftigem Schwaden in den Ofen geben und 10 Minuten backen. Die Temperatur auf 190°C reduzieren und weitere 30 Minuten backen. Während des Backens ab und zu mit Wasser einsprühen. ■



## Zeitraster

18.00 Uhr  
Zwetschgenmus  
herstellen

20.00 Uhr  
Hauptteig  
ansetzen

21.15 Uhr  
Teig in den Kühl-  
schrank stellen

Nächster Tag  
7.00 Uhr  
Teig aus dem Kühl-  
schrank nehmen

7.30 Uhr  
Brot formen

8.05 Uhr  
Ofen  
vorheizen

8.35 Uhr  
Backen

9.15 Uhr  
Brot fertig



# Zwitschenzwetschgenbrot

Für Zwetschgenfans ist dieses Brot eine ideale Variante. Das Gebäck ist knusprig und schmeckt angenehm nussig, leicht nach Zwetschgen, mit etwas mehr Zimt sogar fast schon vorweihnachtlich. Als Belag empfehlen sich neben einem milden Ziegenkäse auch Konfitüren, insbesondere Aprikose und Pflaume. Zum Kaffeeklatsch oder zur Teatime bestreicht man es einfach mit Butter.

☉ Alle Zutaten – außer Zwetschgen und Zimt – auf langsamer Stufe 10 Minuten mischen, dann auf schnellerer Stufe 4 Minuten kneten.

☉ Die Zwetschgenstücke mit dem Zimt vermengen, zum Teig geben und auf langsamer Stufe 2 Minuten unterkneten. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur 4-5 Stunden gehen lassen, dabei nach 45, 90, 135 und 180 Minuten jeweils einmal dehnen und falten.

☉ Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und rundwirken.

☉ Den Teigling anfeuchten, in Mandelstückchen wälzen und dann in einem bemehlten Gärkorbchen mit Schluss nach oben bei Raumtemperatur 60 Minuten zur Gare stellen.

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆  
Getreide: Gelbweizen, Mais, Hafer  
Triebmittel: Hefe  
Teigkonsistenz: fest  
Zeit gesamt: 18,5-25,5 Stunden  
Zeit am Backtag: 6,5-7,5 Stunden  
Backzeit: 50 Minuten  
Starttemperatur: 220°C  
Backtemperatur: 200°C,  
nach 10 Minuten,  
nach 40 Minuten den  
Backofen ausstellen  
Schwaden: nein

☉ Rechtzeitig den Backofen sowie einen gusseisernen Topf mit Deckel auf 220°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

☉ Den Teigling aus dem Gärkorbchen in den vorgeheizten Topf stürzen, mit geschlossenem Deckel in den Ofen geben und 10 Minuten backen. Die Temperatur auf 200°C reduzieren, das Brot weitere 30 Minuten backen. Den Herd ausschalten, weitere 10 Minuten ohne Deckel im heißen Backofen belassen. ■

## Vorteig (Poolish)

- ▶ 150 g Vollmilch (kalt)
- ▶ 100 g Gelbweizenmehl 550 (alternativ Weizenmehl 550)
- ▶ 50 g Maismehl
- ▶ 3 g Frischhefe

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt für 12-18 Stunden im Kühlschrank reifen lassen.

## Quellstück

- ▶ 40 g Wasser (kalt)
- ▶ 80 g Cashewkerne (gehackt)

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt für 12-18 Stunden im Kühlschrank quellen lassen.

## Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ Quellstück
- ▶ 80 g Zwetschgenschnaps (alternativ Pflaumensaft oder Wasser)
- ▶ 270 g Gelbweizenmehl 550 (alternativ Weizenmehl 550)
- ▶ 100 g Maismehl (alternativ Weizenmehl 550)
- ▶ 100 g Hafermehl (alternativ Kartoffelmehl)
- ▶ 50 g Mandeln (gemahlen)
- ▶ 20 g Honig
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 10 g Butter

### Spätere Zugabe

- ▶ 220 g Zwetschgen (in kleine Stückchen geschnitten)
- ▶ 3 g Zimt (gemahlen)

### Topping

- ▶ 30 g Mandeln (gehackt)

### Tipp

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



## Zeitstraster

20.00 Uhr  
Vorteig und Quellstück  
ansetzen

Nächster Tag  
9.00 Uhr  
Hauptteig ansetzen

13.30 Uhr  
Brot formen

14.05 Uhr  
Ofen vorheizen

14.35 Uhr  
Backen

15.25 Uhr  
Brot fertig

# Aromatisches Multitalent

## So wirkt Salz im Brot



Ohne Salz schmeckt ein Brot fad – und auch dem Teig sieht man an, dass etwas fehlt.

Zwar ist nur eine geringe Beigabe notwendig, doch sie hat neben der aromatischen eine wichtige technische Funktion. Salz stärkt die Teigstruktur. Und auch darüber hinaus kann es mit einigen guten Eigenschaften punkten. Als Zutat in Brot und Brötchen sollte man es daher nicht unterschätzen.

Text: Edda Klepp & Sebastian Marquardt

**U**mgangssprachlich nennt man Salz oft im Zusammenhang mit Gewürzen. Dabei zählt es streng genommen gar nicht dazu. In der Hauptsache besteht Speisesalz aus Natriumchlorid, einer Verbindung von Natriumionen und Chloridionen. Unter Gewürzen hingegen versteht man geschmacksgebende Bestandteile aus Pflanzen, also zum Beispiel Samen, Blätter, Rinden oder Wurzeln. So ist Pfeffer also tatsächlich ein Gewürz, Salz nicht. Geschmack gibt es aber allemal.

Der ist auch wichtig. Ein Gebäck ohne Salz ist eine freudlose Angelegenheit. Die geschmacklose Kost mag man nicht lange kauen. Da ist auch nichts zu retten, wenn man die Scheiben salzt.

### Stabilisator im Teig

Eine der wichtigsten technischen Eigenschaften ist die hygroskopische Wirkung von Salz. Das bedeutet, dass es Wasser anzieht. Einer-

seits strafft das die Struktur des Teiges. Man sieht das sehr gut, wenn man einem recht weichen Weizenteig spät während des Knetprozesses Salz hinzufügt. Sofort ist zu beobachten, wie er anzieht, kompakter wird und Spannung aufbaut. So wird der Teig während der Gare stabiler, er hält die während der Fermentation entstehenden Gase besser.

Andererseits konkurrieren auf diese Weise Mehl und Salz ums Wasser. Das soll ja eigentlich bestmöglich mit dem Mehl verquellen. Dabei stört die Hygroskopie des Salzes, weil das Wasser so vom falschen Mitspieler angezogen wird. Es gibt zwei Wege, dem zu begegnen.

### Das späte Salz

Im Rahmen einer Autolyse bekommt das Mehl Zeit, gründlich mit dem Wasser zu verquellen. Dabei wird eine größere oder auch die gesamte Mehlmenge des Hauptteiges ausschließlich mit Wasser vermischt. Diesen



Im Teig sorgt Salz für eine gute Wasserbindung und Elastizität



Salz erfüllt in Brot viele verschiedene Funktionen – es sollte daher nicht weggelassen werden

Autolyseteig lässt man zugedeckt in der Regel 30 bis 60 Minuten bei Raumtemperatur quellen. Der Vorher-nachher-Unterschied ist mit den Händen zu spüren. Bei Vollkornmehlen kann die Autolyse auch zwei Stunden betragen.

Eine deutlich längere Zeit ist nicht ratsam, weil das Wasser die Enzyme und Mikroorganismen im Mehl aktiviert. Bei zu langer Autolyse starten zum Beispiel Prozesse im Teig, die zum Abbau von Stärke führen, das schwächt später die Teigstruktur.

Eine Weiterentwicklung der Autolyse ist die Fermentolyse. Dabei kommen weitere Zutaten mit in die Schüssel, vor allem das Triebmittel. Man lässt also die Fermentation bereits starten. Lediglich Salz bleibt außen vor und kommt auch hier später zum Teig.

Ein oft in Rezepten enthaltenes Vorgehen ist die spätere Salz-Zugabe im Hauptteig.

Erst wenn alle Zutaten gut verquollen sind, kommt das Salz gegen Ende des Knetprozesses zum Teig. Gerade bei längerer Gare ist allerdings kaum ein signifikanter Unterschied im fertigen Gebäck zu beobachten. Dafür besteht das erhöhte Risiko, die spätere Salzzugabe schlicht zu vergessen. Daher gilt diese Methode als überholt.

### Bremswirkung

In Vorteigen kommt Salz selten zum Einsatz. Ziel bei Vorteigen ist eine gute Fermentation. Salz aber verzögert genau das. Es verlangsamt die Enzym-Aktivität und damit die Gare des Teiges. Auch mit den Hefen konkurriert Salz ums Wasser.

Gelegentlich macht man sich das zunutze. Setzt man einen Sauerteig mit Salz an, verlängert das die Gare. Wie lange – das hängt von der Salzmenge und Temperatur ab. Die längere Fermentation sorgt einerseits für mehr Aroma, andererseits für eine höhere

### IST SALZ GLEICH SALZ?

Eine häufige Fragestellung ist die nach dem richtigen Salz für Brot. Sie lässt sich einfach beantworten: Egal. Geschmacklich wird man im Endprodukt nicht zwischen Stein-, Meer-, Kristall- oder Kochsalz unterscheiden können. Wichtig ist einzig, dass die Kristalle fein genug sind und sich während des Knetens vollständig auflösen. Lediglich bei der bewussten Verwendung von weniger Salz kann man grobe Kristalle einsetzen, die man erst sehr spät zum Teig gibt, damit sich Salzsitzen in der Krume bilden. So fällt die Reduktion geschmacklich kaum auf.



Durch Beigabe anderer Gewürze lässt sich bei geringer Salzmenge der Geschmack abrunden

Gärstabilität. Das bedeutet, dass man ein größeres Zeitfenster gewinnt, in dem der Sauerteig auf seinem Höhepunkt ist und verarbeitet werden sollte.

### Kein Hefemörder

Wer mit dem Backen beginnt, hört oft davon, dass Salz Hefe zerstört. So ist man versucht,

### GESCHMACKSABRUNDUNG DURCH BROTWÜRZ

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 gibt es viele weitere aromagebende Zutaten, die sich zur Herstellung eigener Mischungen eignen. Es empfiehlt sich, zunächst kleinere Mengen zu mischen 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

beide Zutaten möglichst lange voneinander zu trennen. Ganz falsch ist der Gedanke nicht. Aufgrund seiner Hygroskopie zieht das Salz auch das Zellwasser der Hefe an. Früher ging man davon aus, dass das die Zellstruktur zerstört. Inzwischen ist die Wissenschaft weiter.

Auf den Wasserentzug durch einen hohen Salzgehalt der Umgebung reagieren die Hefezellen mit einer Stärkung ihrer Zellmembran, unter anderem durch die Einlagerung von Glycerin. Sinkt die Salzkonzentration wieder, wird das Glycerin im Teig freigesetzt. Es sorgt dann dort für ein besseres Gashaltevermögen und eine höhere Gärtoleranz. Der Teig wird stabiler, das Glutengerüst elastischer. Nicht zuletzt führt der Salz-Stress zu einer höheren Aktivität der Hefen. Sie produzieren mehr Kohlendioxid.

So schlimm ist der Kontakt zwischen Salz und Hefe am Ende also gar nicht. Mit dem Salz-Hefe-Verfahren macht man sich diesen Effekt sogar zunutze. Dafür wird die Hefe in einer zehnprozentigen Salz-Lösung (also 10 Teile Salz auf 90 Teile Wasser) gelöst. Bei Raumtemperatur lässt man sie zwischen 4 und 24 Stunden ruhen, bevor sie in den Teig kommt.



**Salz ist Salz. Welche Sorte in Brot verwendet wird, ist Sache des persönlichen Geschmacks**

### Langfristige Wirkung

Auch das fertig gebackene Brot profitiert noch von der Salzzugabe, da sie die Frischhaltung des Gebäcks fördert. Nach dem Backen wandert die Feuchtigkeit aus der Krume in die Kruste und macht sie weich. Nach und nach verdunstet das Wasser und lässt das Brot altern. Salz wirkt dem entgegen, indem es die Luftfeuchtigkeit anzieht und auf diese Weise Flüssigkeit im Gebäck hält.

Salz übernimmt also eine Menge wichtiger Funktionen bei der Herstellung von Brot und Brötchen. Dabei ist die benötigte Menge gering. Sie liegt in der Regel zwischen 1,8 und 2,2 Prozent, gerechnet auf die Gesamtmehlmenge. Das reicht aus, um alle wesentlichen Funktionen im Teig abzudecken. Bei einer größeren Menge wirkt das Brot versalzen. Wird weniger verwendet, flacht der Geschmack ab.

### Salzreduktion

Wer trotzdem aus gesundheitlichen Gründen Salz in Brot reduzieren möchte, hat zwei Möglichkeiten. Eine ist die sehr späte Zugabe von grobem Salz zum Teig gegen Ende der



**Für die Autolyse werden zunächst nur Mehl und Wasser miteinander vermischt – ohne Salz und Triebmittel**



**Ohne Salz schmecken Brote und Brötchen fad**

Knetzeit. Damit werden sogenannte Salzspitzen geschaffen. So lässt sich die Salzmenge auf etwa 1,2 bis 1,5 Prozent reduzieren, ohne dass das geschmacklich auffällt.

Eine andere Variante ist die Zugabe von Brotgewürzen, die das Aroma abrunden. Der Bäckermeister und Brot-Sommelier Marco Holm hat das auf die Spitze getrieben und für seinen Betrieb ein Null-Prozent-Brot entwickelt. Es enthält kein zugesetztes Salz, sondern ausschließlich Kräuter und Gewürze. Das ist aber eine Ausnahme. Backtechnologisch sowie geschmacklich ist der Einsatz von Salz unbedingt zu empfehlen. 🌿

**Zu grobkörnig sollte das Salz nicht sein und sich vollständig im Teig auflösen**



## Quellstück

- ▶ 250 g Weißwein (alternativ heller Traubensaft)
- ▶ 100 g Rosinen

Die Rosinen mit dem Wein übergießen und zugedeckt bei Raumtemperatur 30 Minuten quellen lassen.

## Hauptteig

- ▶ Quellstück
- ▶ 500 g Weizenmehl 550
- ▶ 100 g Apfel (fein gerieben)
- ▶ 80 g Honig (alternativ Zuckerrübensirup)
- ▶ 10 g Vanillezucker
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 5 g Frischhefe

### Topping

- ▶ 1 Ei (Größe M)

### Tipp

Der Zopf kann auch mit Vollkornmehl zubereitet werden. In diesem Fall ist eine etwas höhere Wassermenge nötig.

Rezept & Bild: Bärbel Adelhelm

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	fest, leicht klebrig
Zeit gesamt:	5-6 Stunden
Zeit am Backtag:	5-6 Stunden
Backzeit:	25-30 Minuten
Starttemperatur:	175°C
Backtemperatur:	175°C
Schwaden:	nein



Das Rosinen-Apfelkuchen-Stückchen am Nachmittag, der Schoppen in der Abendsonne – für viele gehört das zum spätsommerlichen Tagesausklang unbedingt dazu. Dieser Zopf bringt beides auf den Tisch. Als fruchtig-süßes Gebäck eignet er sich aber gleichermaßen als leckerer Frühstückssnack. Quellstück und Honig machen den Zopf wunderbar saftig. Kaum dass er aus dem Ofen kommt, möchte man einfach nur noch reinbeißen.

● Alle Zutaten auf langsamer Stufe 6-8 Minuten mischen, dann auf schnellerer Stufe 6 Minuten kneten. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur 2-3 Stunden gehen lassen, bis sich das Volumen in etwa verdoppelt hat.

● Den Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsplatte geben und in drei gleich große Portionen à zirka 350 g teilen.

● Die Teiglinge jeweils rundwirken und bei Raumtemperatur 5 Minuten entspannen lassen.

● Alle Teiglinge jeweils zu einem kurzen Strang langrollen und bei Raumtemperatur weitere 5 Minuten entspannen lassen.

● Die Teiglinge zu 40 cm langen Strängen ausrollen, zu einem Drei-Strang-Zopf flechten und diesen zugedeckt bei Raumtemperatur 30 Minuten gehen lassen.

● Rechtzeitig den Backofen auf 175°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

● Das Ei verquirlen, den Zopf damit bestreichen, in den Ofen geben und 25-30 Minuten backen. ■

## Zeitstrahl

12.00 Uhr  
Quellstück herstellen

12.35 Uhr  
Hauptteig ansetzen

15.30 Uhr  
Zopf formen

15.45 Uhr  
Ofen vorheizen

16.15 Uhr  
Backen

16.45 Uhr  
Zopf fertig



## Quellstück

- ▶ 750 g Hafermilch (kalt)
- ▶ 200 g Haferflocken
- ▶ 100 g Chiasaat

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

## Hauptteig

- ▶ Quellstück
- ▶ 400 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 200 g Roggenmehl 1150
- ▶ 24 g Salz
- ▶ 1 g Frischhefe

Topping

- ▶ 30-50 g Haferflocken

Rezept & Bilder: Silke Binte-Braun

**Tipp**  
Bei einem Backofen, der keine 300°C erreicht, wählt man die höchstmögliche Anbacktemperatur.

# HaChi

Das Brot schmeckt nicht nur gut, sondern auch gesund und trotz der kernigen Zutaten sehr mild. Haferflocken und Chiasamen bereichern sich gegenseitig. Sanft wird der Geschmack des Brotes durch die Hafermilch als Schüttflüssigkeit. Eine leicht robuste Note bringt das Roggenmehl ein. So ergibt sich ein runder Geschmack, der keine Wünsche offen lässt.

☉ Alle Zutaten auf langsamer Stufe 2 Minuten mischen, dann auf schnellerer Stufe 8 Minuten kneten und den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur 12 Stunden gehen lassen.

☉ Den Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben, rundformen und mit Schluss nach unten in einem mit Haferflocken ausgestreuten Gärkorbchen bei Raumtemperatur 30 Minuten zur Gare stellen.

☉ Rechtzeitig den Backofen auf 300°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

☉ Den Teigling sanft aus dem Gärkorbchen stürzen, unter kräftigem Schwaden in den Ofen geben und 10 Minuten backen. Die Temperatur auf 210°C reduzieren und weitere 40-45 Minuten backen. 🍳

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆☆  
 Getreide: Weizen, Roggen, Hafer  
 Triebmittel: Hefe  
 Teigkonsistenz: weich, klebrig  
 Zeit gesamt: 14-15 Stunden  
 Zeit am Backtag: Stunden  
 Backzeit: 50-55 Minuten  
 Starttemperatur: 300°C  
 Backtemperatur: 210°C, nach 10 Minuten  
 Schwaden: beim Einschließen

## Zeitstraster

19.00 Uhr  
Quellstück herstellen

20.00 Uhr  
Hauptteig ansetzen

Nächster Tag  
8.00 Uhr  
Brot formen

8.05 Uhr  
Ofen vorheizen

8.35 Uhr  
Backen

9.30 Uhr  
Brot fertig

# Süßkartoffel-Püree

- ▶ 420 g Süßkartoffeln
- ▶ 200 g Vollmilch (kalt)

Die Süßkartoffeln schälen, in Stückchen schneiden und gar kochen. Anschließend abtropfen lassen, mit der Milch in eine Schüssel geben und pürieren. Die Masse zugedeckt bei Raumtemperatur etwa 30-60 Minuten vollständig abkühlen lassen.

## Hauptteig

- ▶ Süßkartoffel-Püree
- ▶ 300 g Weizenmehl 1050
- ▶ 120 g Emmermehl Vollkorn (alternativ Weizenmehl Vollkorn)
- ▶ 50 g Roggenmehl 1370 (alternativ Roggenmehl 1150)
- ▶ 75 g Erdnüsse (gesalzen)
- ▶ 75 g Anstellgut (aus dem Kühlschrank)
- ▶ 3 g Frischhefe

### Spätere Zugabe

- ▶ 10 g Salz

Rezept & Bild: Valesa Schell

 @brotbackliebeundmehr

 brotbackliebeundmehr.com

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆  
Getreide: Weizen, Emmer, Roggen  
Triebmittel: Sauerteig, Hefe  
Teigkonsistenz: mittelfest  
Zeit gesamt: 10-12 Stunden  
Zeit am Backtag: 10-12 Stunden  
Backzeit: 50 Minuten  
Starttemperatur: 250°C  
Backtemperatur: 200°C, nach 10 Minuten  
Schwaden: beim Einschließen



# Süßkartoffel-Erdnuss-Liebe

Die Basis für dieses Brot bilden sanfter Weizen sowie herzhaftes Emmermehl. Der milde Geschmack der Süßkartoffel und salzige Erdnüsse ergänzen den Teig, zusammen ergeben sie ein ganz besonderes Aroma. Die Krume wird wunderbar fluffig und die Nüsse sorgen für etwas Biss. Dazu passt ein leckerer Auberginen-Aufstrich ebenso wie Geflügelwurst oder würziger Käse.

- ☉ Alle Zutaten auf langsamer Stufe 14 Minuten mischen, dann einmal rundum falten und zugedeckt bei Raumtemperatur 7-9 Stunden gehen lassen, dabei nach 60 und 120 Minuten jeweils einmal dehnen und falten.
- ☉ Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, vorsichtig rundwirken und mit Schluss nach oben in einem bemehlten Gärkorbchen bei Raumtemperatur 60-90 Minuten gehen lassen.
- ☉ Rechtzeitig den Backofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- ☉ Den Teigling sanft aus dem Gärkorbchen stürzen, einschneiden, mit Schwaden in den Ofen geben und 10 Minuten backen. Die Temperatur auf 200°C reduzieren und weitere 40 Minuten backen. ■



## Zeitnaster

8.00 Uhr  
Süßkartoffel-Püree herstellen

9.00 Uhr  
Hauptteig ansetzen

17.00 Uhr  
Brot formen

18.00 Uhr  
Ofen vorheizen

18.30 Uhr  
Backen

19.20 Uhr  
Brot fertig

# Nichts zu Essen auf dem Tisch?

Bild: stock.adobe.com  
-Mathilda



## JETZT TESTEN

2 Ausgaben  
für 6,90 Euro  
Im Schnupper-Abo  
testen

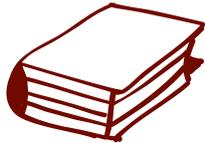
- 10% sparen
- Keine Versandkosten
- Jederzeit kündbar
- Anteilig Geld zurück bei vorzeitiger Abo-Kündigung

[www.1fachpizza.de](http://www.1fachpizza.de) | 040/42 91 77-110

# 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.

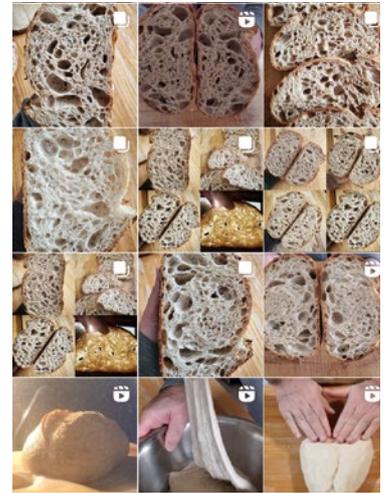
Open Crumb bezeichnet eine sehr große Porung im Brot. Einfach zu erreichen ist sie nicht. Es braucht gute Kenntnisse über Fermentation sowie den Zeitpunkt, den Teigling in den Ofen zu schieben. Wie es aussieht, wenn es klappt, zeigt der Instagram-Kanal [trevorjaywilson](#). Der Bäcker und Autor kennt sich mit der Methode bestens aus und teilt dort sein Wissen.



## INFO

Einen ausführlichen Artikel über die Open Crumb gibt es in **BROT** 05/24 zum Nachlesen. Diese und alle weiteren noch verfügbaren Ausgaben findest Du unter

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



[@trevorjaywilson](#)



Thorsten Brandenburg, Kristian van Bergerem, Frank Thureau  
**Das große Buch vom Dutch Oven**  
Christian Verlag  
240 Seiten  
ISBN: 978-3-98951-009-8  
39,99 Euro

[bit.ly/das-grosse-buch-vom-dutch-oven](http://bit.ly/das-grosse-buch-vom-dutch-oven)

Die Auswahl an Küchengeräten ist groß. Sie reicht vom Thermomix über den Dampfgarer bis zur Knetmaschine. Für Fans der Outdoorküche nimmt der Dutch Oven eine besondere Stellung ein. Damit das Kochen in dem gusseisernen Topf gelingt, haben Thorsten Brandenburg und seine Co-Autoren Kristian van Bergerem sowie Frank Thureau „Das große Buch vom Dutch Oven“ verfasst. Darin befinden sich 118 Rezepte für Fleisch, Gemüse, Fisch, Gebäck und Desserts. Brot ist ein kleines Extra-Kapitel gewidmet. Zum Beispiel schlagen die Autoren ein Rezept für ein Kartoffelbrot vor.



[@surdeigsbakeren](#)

Surdeigsbakeren ist Norwegisch für „Sauerteigbäcker“. Außerdem ist das der Name eines Instagram-Profiles, auf dem man einen Einblick in die Backergebnisse eines Brotliebhabers bekommt. Die kleine Sprachbarriere ist dabei gar kein Problem. Durch Videos von stürzenden Sauerteigen sowie zahlreiche Fotos fertiger Brote bekommt man einen guten Eindruck davon, mit welchem Eifer dort gebacken wird.

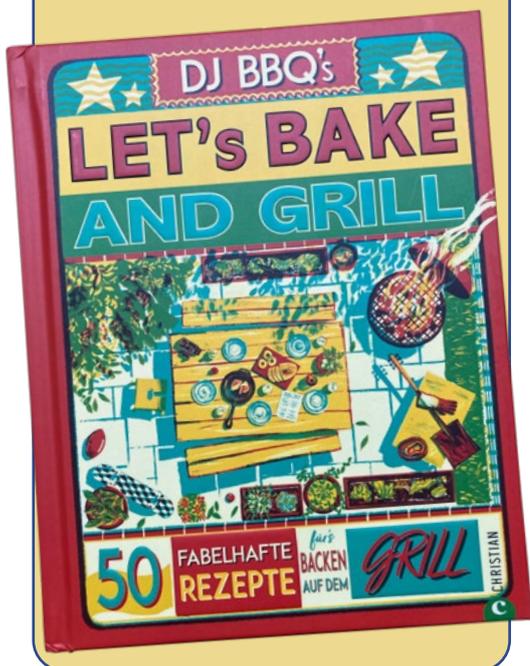


Hinter dem Blog Baking Great Bread at Home stecken leidenschaftliche Heimbäckerinnen und -bäcker mit handwerklichem Erfahrungsschatz und der Lust, Neues zu lernen. Die Liebe zur Kunst des Brotbackens teilen sie alle. Laut eigenen Angaben ist es ihr Ziel, einen unterstützenden, kreativen Raum zu schaffen, in dem sich Menschen aller Erfahrungsstufen wohlfühlen und ihre Reise sowie ihr Wissen teilen können. In den Blogeinträgen geht es mal um spezifische Brotrezepte, mal um Generelles zum Thema Brot, Sauerteig und Techniken.

 [bakinggreatbread.blog](http://bakinggreatbread.blog)



Sommerzeit ist für manche Menschen fast gleichbedeutend mit Grillzeit. Mit DJ BBQ's „Let's Bake and Grill“ wird nochmal eine Schippe draufgelegt. Damit heißt es, frei angelehnt an Gertrude Stein's berühmten Satz „Eine Rose ist eine Rose“: Sommerzeit ist Grillzeit ist Backzeit. Das Buch wartet mit 50 Rezepten für das Backen auf dem Grill auf, beginnt aber mit einer Einführung in verschiedene Back- und Grillmethoden für den Kugelgrill, einen Holz- oder Gasbackofen sowie beispielsweise das Kochen am Lagerfeuer. Die Rezepte sind vielfältig. Unter anderem gibt es eines für Sourdough Yorkies, die mit Sauerteig-Anstellgut in der Muffinform gebacken werden.



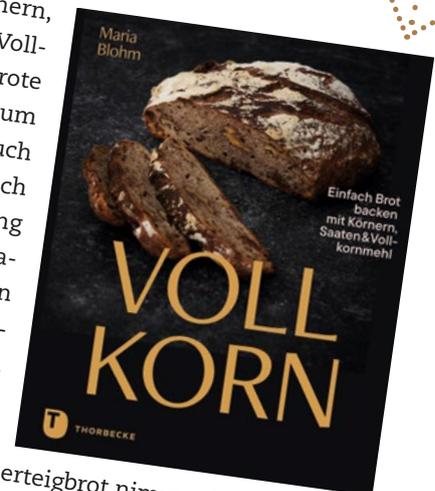
David Wright, Chris Taylor,  
Christian Stevenson  
DJ BBQ's Let's Bake and Grill  
Christian Verlag  
208 Seiten  
ISBN: 978-3-95961-890-8  
29,99 Euro

 [bit.ly/lets-bake-and-grill](http://bit.ly/lets-bake-and-grill)

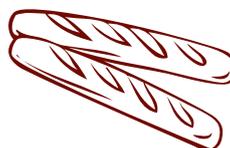


 [bit.ly/vollkorn\\_maria-blohm](http://bit.ly/vollkorn_maria-blohm)

Mit Körnern, Saaten sowie Vollkornmehl Brote backen, darum geht es im Buch „Vollkorn“. Nach einer Einführung in wichtige Zutaten und Techniken präsentiert die Autorin Maria Blohm ihre Rezepte für Focaccia, Knäcke- und mehr. Sauerteigbrot nimmt ein eigenes Kapitel ein. Insgesamt geht es um Vollkornvariationen, Geschmack, Haltbarkeit und Gesundheit. Das Buch wurde aus dem Schwedischen übersetzt und enthält eine Vielzahl an Fotografien.



Maria Blohm  
Vollkorn  
Thorbecke  
Ca. 160 Seiten  
ISBN: 978-3-7995-2054-6  
26,- Euro





Die Bloggerin Yvette ist mit dem Profil [voll\\_korn\\_voll\\_lecker](#) auf Instagram vertreten. Was es dort zu sehen gibt? Zum Beispiel ein All-in-one- sowie Vollkornbrot, ein Vollkorn-Dinkelmischbrot oder beispielsweise Vollkorn-Burger-Buns, deren Herstellung Schritt für Schritt gezeigt wird – unterlegt mit entspannender Musik. Voll relaxt, Vollkorn, voll lecker.

@voll\_korn\_voll\_lecker

[bit.ly/das-grosse-buch-der-schaerfe](http://bit.ly/das-grosse-buch-der-schaerfe)



/diekunstzubacken

Auch beim Brotbacken kann es ziemlich würzig werden. Wer es scharf mag, kann mit dem neuen Buch von Susann Kreihe etwas dazulernen. Von Chili über Meerrettich bis hin zu Ingwer präsentiert die Autorin 65 Rezepte, die sie einem umfangreichen Grundlagenteil folgen lässt. In dem porträtiert Kreihe Gewürze wie Ingwer und geht darauf ein, wie Schärfe eingesetzt und kombiniert werden kann. Für Brotliebhaberinnen und -liebhaber gibt es neben Rezepten wie Shortbread auch Aufstriche wie ein Ingwer-Apfel-Gelee.

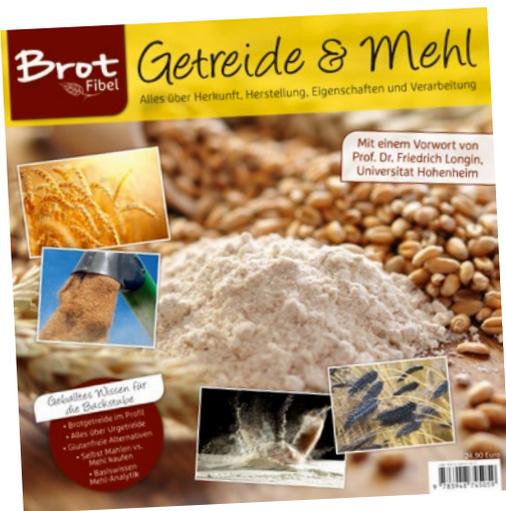
Ganz dem Thema Backen gewidmet ist der Youtube-Kanal Die Kunst zu backen vom Künstler Alexander Broy. Weil seine Brotbackvideos so erfolgreich waren, hat er sich vor einiger Zeit entschlossen, dafür einen Extrakanal zu eröffnen, um sein Künstlertagebuch mit Videos von Landschaftsmalerei und Co. für sich stehen zu lassen. Auf dem neuen Kanal gibt es bereits Videos zum Backen dänischer Zimtschnecken oder eines Vollkornbrotes mit Sauerteig und ganzen Körnern. Für das Brotbacken mit Sauerteig hat Broy ein gesondertes Video mit zehn Tipps und Tricks zusammengestellt.

Susann Kreihe  
**Das große Buch der Schärfe**  
 Christian Verlag  
 192 Seiten  
 ISBN: 978-3-95961-862-5  
 29,99 Euro





Geballtes Fachwissen über Getreide und Mehl gibt es in der aktuellen **BROTfibel**. Dank vielfältigen Hintergrundwissens lässt das leicht verständliche Nachschlagewerk zum wichtigsten Rohstoff beim Backen keine Fragen offen. Ganz egal, ob es um das wohl wichtigste Brotgetreide Weizen, die Urgetreide Emmer und Einkorn, Roggen oder Hirse geht. Jedes Getreide wird umfangreich porträtiert – inklusive wichtiger Tipps zum Kneten der jeweiligen Art. Ausführlich beschäftigt sich die **Fibel** damit, woran man gutes Mehl erkennt und wie man es daheim herstellt. Erprobte Praxistipps runden die **BROTfibel** Getreide & Mehl ab.



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

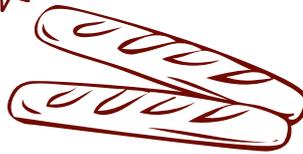


Jana vom Instagram-Kanal [@brot.rookie](https://www.instagram.com/brot.rookie) bezeichnet sich selbst als Brotbackanfängerin vom Niederrhein. Scrollt man ein wenig herunter, findet sich aber schon eine beeindruckende Auswahl leckerer Laibe in ihren Postings. Vom runden Bauernbrot bis zu knusprigen Baguettes ist allerlei dabei. Hier kann man sich von vielen unterschiedlichen Krusten und Krumen inspirieren lassen.



Brotbacken ist ein weltweites Hobby. Ein Beweis aus Ann Arbor, einer Stadt im US-Bundesstaat Michigan, ist das Blog [bake! with zing](http://bake!withzing.com). Hier finden sich zahlreiche Blogbeiträge, die für Brotfans interessant sind. Ob es darum geht, einen eigenen Sauerteigstarter zu kreieren oder wie man das eigene Brot am besten lagert – viele Fragen werden dort beantwortet und eine Auswahl an Rezepten – etwa für ein Bananenbrot oder Baguettes – liefert zusätzliche Inspiration.

[blog.bakewithzing.com](http://blog.bakewithzing.com)



## Sauerteig

- ▶ 40 g Wasser (warm)
- ▶ 40 g Weizenmehl 812 (alternativ Weizenmehl 1050)
- ▶ 40 g Anstellgut

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt bei Raumtemperatur 4-6 Stunden reifen lassen.



## Brühstück

- ▶ 60 g Wasser (heiß)
- ▶ 80 g Weizenschrot (mittel, alternativ Weizenmehl Vollkorn)

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt bei Raumtemperatur 2-6 Stunden quellen lassen.

## Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Brühstück
- ▶ 210 g Wasser (kalt)
- ▶ 170 g Buttermilch (kalt)
- ▶ 300 g Weizenmehl 812 (alternativ Weizenmehl 1050)
- ▶ 180 g Weizenmehl 550
- ▶ 60 g Roggenmehl 815 (alternativ Roggenmehl 1150)
- ▶ 12 g Backmalz (inaktiv, alternativ Honig)
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 1 g Frischhefe (optional)
- ▶ 1 g Acerolakirschkpulver (optional, alternativ Zitronensaft)

### Spätere Zugabe

- ▶ 30 g Wasser (kalt, optional)

### Topping

- ▶ 60 g Weizenschrot (mittel, alternativ Sonnenblumenkerne)



# Schrotbrötchen

Die Kombination aus dem dunkleren Weizenmehl und dem Weizenschrot ergibt luftige, aromatische Brötchen, die zum Frühstück genauso wie zur Mittagspause passen. Sauerteig und Buttermilch geben ihnen eine angenehme Säure, das Brühstück verleiht den Gebäcken Saftigkeit. Bestreut mit Schrot, wird jeder Bissen zum crunchigen Erlebnis – mit Fruchtaufstrich oder Aufschnitt einfach ein Genuss.

☉ Alle Zutaten – außer 30 g Wasser – auf langsamer Stufe 12 Minuten mischen, dann auf schnellerer Stufe 2-5 Minuten kneten, dabei bei Bedarf bis zu 30 g Wasser schluckweise zugeben. Den Teig in eine leicht geölte Teigwanne (alternativ Schüssel) geben, einmal dehnen sowie falten und zugedeckt bei Raumtemperatur 5-6 Stunden gehen lassen, dabei nach 60 und 120 Minuten jeweils einmal dehnen und falten.



## Zeitstraster

7.00 Uhr  
Sauerteig und  
Brühstück ansetzen

11.15 Uhr  
Hauptteig ansetzen

17.15  
Brötchen formen

17.20 Uhr  
Ofen vorheizen

17.50 Uhr  
Backen

18.05 Uhr  
Brötchen fertig



☉ Den Teig auf eine mit Weizenschrot bestäubte Arbeitsfläche geben, zu einem Rechteck von zirka 40 x 30 cm ziehen und die Oberfläche ebenfalls mit Weizenschrot bestreuen.

☉ Von der Teigplatte 12 gleich große Teiglinge à zirka 10 x 10 cm abstechen, mit etwas Abstand voneinander auf ein mit einer Dauerbackmatte (alternativ Backpapier) ausgelegtes Backblech legen und zugedeckt bei Raumtemperatur 30 Minuten zur Gare stellen.

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

☉ Die Teiglinge mit Schwaden in den Ofen geben und 10 Minuten backen. Die Temperatur auf 235°C reduzieren und weitere 5 Minuten backen. ■



Rezept & Bild:  
Maïke von Richthofen  
@justbread.de  
/justbread.de  
justbread.de

*Für Einsteiger geeignet*

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆  
Getreide: Weizen  
Triebmittel: Sauerteig  
Teigkonsistenz: mittelfest  
Zeit gesamt: 10-13 Stunden  
Zeit am Backtag: 10-13 Stunden  
Backzeit: 15 Minuten  
Starttemperatur: 250°C  
Backtemperatur: 235°C,  
nach 10 Minuten  
Schwaden: beim Einschließen

# Kokos-Ananas-Mango-Aufstrich

Die süße Ananas harmoniert wunderbar mit dem fruchtigen Geschmack von Mango. Durch die Kokosnussmilch wird der Aufstrich schön cremig und bekommt eine etwas tropische Note, sodass man ein wenig Urlaubsfeeling mit in den Herbst nehmen kann. So ergibt sich eine sehr erfrischende Variante und mal ganz was anderes als die herkömmlichen Fruchtaufstriche.

## Zutaten\*

- ▶ 260 g Ananasfruchtfleisch (grob gewürfelt)
- ▶ 290 g Mangofruchtfleisch (grob gewürfelt)
- ▶ 180 g Kokosmilch
- ▶ 400 g Gelierzucker (3:1)
- ▶ 15 g Zitronensaft
- ▶ Etwas Geliermittel (optional, zum Beispiel Agar Agar)



\*Ergibt 6 Gläser à 230 ml



Rezept & Bild: Valesa Schell  
@brobackliebeundmehr  
brobackliebeundmehr.com

☉ Alle Zutaten in einen Topf geben und aufkochen, dann 2-3 Minuten köcheln lassen.

☉ Die Masse fein pürieren und eine Gelierprobe machen. Bei Bedarf noch etwas Geliermittel hinzufügen und unterrühren.

☉ Den Aufstrich noch kochend heiß in zuvor ausgekochte Gläser abfüllen und diese sofort fest verschließen.

☉ Kühl und dunkel gelagert, ist der Aufstrich zirka 6 Monate haltbar. Geöffnete Gläser im Kühlschrank aufbewahren. ■

## 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.

# Vorteig (Biga)

- ▶ 45 g Wasser (Raumtemperatur)
- ▶ 75 g Weizenmehl 550
- ▶ 0,1 g Frischhefe

Die Zutaten gründlich verkneten und zugedeckt bei Raumtemperatur 12-18 Stunden reifen lassen.

# Hauptteig\*

- ▶ Vorteig
- ▶ 240 g Wasser (Raumtemperatur)
- ▶ 315 g Weizenmehl 550
- ▶ 45 g Hartweizenmehl (alternativ Hartweizengrieß)
- ▶ 45 g Hartweizengrieß
- ▶ 24 g Rapsöl
- ▶ 11 g Zuckerrübensirup
- ▶ 11 g Salz
- ▶ 6 g Frischhefe

## Topping

- ▶ 20 g Chiasaat
- ▶ 20 g Sesamsaat
- ▶ 20 g Mohnsaat

## Außerdem

- ▶ 10 Schaschlik-Spieße
- ▶ Speiseöl

\*Ergibt 10 Stück

Rezept & Bild: Sebastian Krist

 @brotartig  brotartig.de

Für Einsteiger  
geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	fest
Zeit gesamt:	17-23 Stunden
Zeit am Backtag:	4-5 Stunden
Backzeit:	15-18 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	220°C sofort
Schwaden:	beim Einschleifen

## Zeitstrahl

16.00 Uhr  
Vorteig ansetzen

Nächster Tag  
8.00 Uhr  
Hauptteig ansetzen

10.15 Uhr  
Brötchen formen

11.30 Uhr  
Ofen vorheizen

12.00 Uhr  
Backen

12.15 Uhr  
Brötchen fertig



# Brötchenspieße

Als gute Alternative zum klassischen Baguette kommt hier der perfekte Begleiter zum Grillen oder Brunchbuffet. Das Gebäck kann vorab gebacken und dann – zum Beispiel auf dem Grill – noch einmal leicht angewärmt werden. Darüber hinaus eignen sich die Spieße als Beigabe zu Suppen und Salaten. Auch als Häppchen belegt, sind die kleinen Brötchen echte Hingucker.

☉ Alle Zutaten auf langsamer Stufe 4 Minuten mischen, dann auf schnellerer Stufe 6 Minuten kneten. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten gehen lassen.

☉ Den Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben und vorsichtig die Gärgase ausdrücken.

☉ Vom Teig etwa 50 gleich große Teiglinge à zirka 15 g abstechen, diese rundschleifen, ihre Oberseite leicht mit Wasser befeuchten und in Saaten wälzen.

☉ Die Schaschlik-Spieße einölen und jeweils 5 Teiglinge auf einen Spieß stecken, dabei einen Abstand von etwa 2-5 mm zwischen den Teiglingen lassen. Die Spieße auf ein mit einer Dauerbackmatte (alternativ Backpapier) ausgelegtes Backblech legen und zugedeckt bei Raumtemperatur 90 Minuten gehen lassen.

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

☉ Die Teiglinge leicht mit Wasser besprühen, die Spieße mit Schwaden in den Ofen geben, die Temperatur auf 220°C reduzieren und 15-18 Minuten backen. ■

**Tipp** 0,1 g Frischhefe entspricht etwa der Größe eines Reiskorns. Die Spieße können alternativ mit Käse bestreut oder einer Olivenöl-Oregano-Mischung bestrichen werden.

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](http://www.muehle-erks.de)

PLZ 30000



**Hagenmühle**

Getreide, Mehle,  
Backzutaten und vieles mehr  
gibt es in unserem Hofladen

Hagenmühle  
Bahnhofstr. 18,  
34393 Grebenstein  
05674 206

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



**Erlenmühle**

Gutes Getreide aus der  
Region wird bei uns zu  
bestem Mehl für Ihre  
Backwaren.



Mühlenstraße 29  
36137 Großenlüder/Kleinlüder  
[www.erlenmuehle.de](http://www.erlenmuehle.de)



PLZ 50000



**Backen wie zu  
Omas Zeiten**

[www.horbacher-muehle.de](http://www.horbacher-muehle.de)




**BIO MÜHLE EILING**

Möhnestraße 98  
59581 Warstein  
shop@biomuehle-eiling.de  
[www.biomuehle-eiling.de](http://www.biomuehle-eiling.de)

PLZ 60000



*Aus Tradition gut*

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

**Zimmermann-Mühle**



Gaimühle 1, 63928 Riedern  
Tel.: 09378 99950

PLZ 70000



**WALZ-MÜHLE**

Erlebniseinkauf und  
Backkurse im Mahlenmarkt  
Online Shop  
Alles rund ums Mehl und Müsti



[www.walz-muehle.com](http://www.walz-muehle.com)  
Steigle 34 · 72160 Horb · 07451-6252709

PLZ 80000



**Stettfelder Mühle**

GETREIDEHANDEL · SPEDITION  
MÜHLENLADEN · FUTTERMITTEL



*Mehl & Getreide,  
Zutaten & Beratung  
rund ums Backen*

76698 Ubstadt-Weiher  
[www.stettfelder-muehle.de](http://www.stettfelder-muehle.de)



**STREICH-MÜHLE**  
Naturprodukte aus der Schwarzwaldmühle

**Aus natürlichen Rohstoffen:**

- Backstarke Mehle
- Brot-Backmischungen
- Kuchen-Backmischungen
- Müsli-Mischungen
- Reis-Fertiggerichte
- Vegane Proteinprodukte

Online-Shop:  
[www.streich-muehle.de](http://www.streich-muehle.de)

Telefon +497622/671390  
79692 Kleines Wiesental-Wieslet



**BLATTERT  
MÜHLE & KORNSHAUS**

**GETREIDE  
MEHLE  
BACKZUTATEN**

von den Höhenlagen  
des Schwarzwaldes



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



**DRAX-MÜHLE**



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

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

PLZ 90000



**BRUCKMAYER MÜHLE**



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

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



**Mailänder Mühle**



**Besondere Mehle,  
Backmischungen –  
auch in Bio-Qualität**

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

Egerweg 30 · 86753 Möttingen  
Bestell-Hotline: 0 90 83 / 208



• 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](http://www.schustermuehle.de)  
info@schustermuehle.de

Österreich



Viele BIO-Getreide Spezialitäten  
Paketversand nach AT + DE  
Mühlenladen Mo-Fr geöffnet

Hochmühle Frauenlob  
Dorf 15  
5325 Plainfeld  
[www.frauenlob.at](http://www.frauenlob.at)



Dieses Rezept gelingt mit dem Thermomix



## Teig-Zutaten

- ▶ 250 g Wasser (kalt)
- ▶ 200 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 200 g Dinkelmehl 630
- ▶ 100 g Roggenmehl 1370
- ▶ 135 g Birne (entkernt, mit Schale)
- ▶ 100 g Cashewkerne
- ▶ 4 g Frischhefe
- Spätere Zugabe
- ▶ 12 g Salz

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen, Dinkel, Roggen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	mittelfest
Zeit gesamt:	6 Stunden
Zeit am Backtag:	6 Stunden
Backzeit:	45-50 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	200°C, nach 10 Minuten
Schwaden:	beim Einschließen

Rezept & Bild: Valesa Schell

@brotbackliebeundmehr

brotbackliebeundmehr.com



# Binnen-Kruste mit Cashews

Geriebene Birnen bringen viel Saftigkeit in das milde Brot. Und einen Hauch Spätsommer. Dazu passen Cashewkerne sehr gut. Sie läuten den Herbst ein, sind ebenfalls mild und geben dem fertigen Brot weniger Biss als andere Nüsse. So eignet sich der Laib als Alltagsbrot zu verschiedenen Aufstrichen und Belägen, zum Beispiel einer Schokocreme oder herzhaftem Blauschimmelkäse.

- Die Birnen in den Topf geben und auf Stufe 4 für 5 Sekunden zerkleinern.
- Mehl, Cashewkerne, Hefe und Wasser hinzugeben und den Teig auf Stufe 4 für 20 Sekunden mischen, dann bei Raumtemperatur 30 Minuten quellen lassen.
- Das Salz dazugeben und den Teig auf der Teigstufe für weitere 3 Minuten kneten. Den Teig in eine leicht geölte Schüssel geben, einmal rundum falten und zugedeckt bei Raumtemperatur 4 Stunden gehen lassen, dabei nach 60 und 120 Minuten jeweils einmal dehnen und falten.
- Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, vorsichtig rundwirken, anschließend straff langwirken und mit Schluss nach unten auf eine Dauerbackfolie (alternativ Backpapier) legen. Zugedeckt bei Raumtemperatur 45-60 Minuten gehen lassen, bis sich der Teig etwa verdoppelt hat.
- Rechtzeitig den Backofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Den Teigling einschneiden, in den Ofen geben und mit Schwaden 10 Minuten backen. Die Temperatur auf 200°C reduzieren und weitere 35-40 Minuten backen. 🍴



## Zeitraster

8.00 Uhr  
Teig ansetzen

12.15 Uhr  
Brot formen

12.45 Uhr  
Ofen vorheizen

13.15 Uhr  
Backen

14.00 Uhr  
Brot fertig

# Kochen mit Brot

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

Rezepte & Styling: Stevan Paul  
Fotografie: Andrea Thode

Walnuss-  
Paprika-  
Brotaufstrich



Brathähnchen  
mit Semmelknödel-  
füllung

Milchbrötchen-  
Schmarrn





**Tipp**  
Zu der Vorspeise  
passen Salat,  
Cornichons,  
Walnüsse oder  
Radieschen.

# Walnuss-Paprika-Brotaufstrich

Der würzig-cremige Aufstrich aus Frischkäse, Schmand und Paprikapaste verdankt seinen würzigen Geschmack nicht nur Knoblauch und Walnüssen. Das verarbeitete Altbrod schafft ebenfalls Würze und Volumen. Großartig als Vesper und Brotzeit, für unterwegs sowie als Snack.



- Die Butter in einer Pfanne schmelzen, Nüsse und Altbrod darin bei mittlerer Hitze unter Rühren 8 Minuten rösten.
- Aus Frischkäse, Ajvar und Schmand eine Creme anrühren, leicht salzen.
- Den Knoblauch pellen und hineinreiben.
- Die Walnuss-Brotmischung unterrühren.
- Die Creme nach Wunsch mit Essiggurkenwasser schlank und cremig rühren.
- Für das Topping die Zwiebel halbieren, pellen, fein würfeln, salzen und mit etwas Rotweinessig besprenkeln.
- Den Schnittlauch fein schneiden.
- Die Brotscheiben mit der Creme bestreichen, mit Käse belegen und mit Zwiebeln sowie Schnittlauch bestreut servieren. ■

## Zutaten (für 4-6 Portionen)

- ▶ 8-12 Scheiben Brod (nach Geschmack)

### Für die Creme

- ▶ 30 g Butter
- ▶ 50 g Walnusskerne (fein gehackt)
- ▶ 60 g Altbrod (gemahlen)
- ▶ 200 g Frischkäse
- ▶ 100 g Ajvar-Paprikapaste (mild)
- ▶ 100 g Schmand
- ▶ Salz
- ▶ 1 Knoblauchzehe
- ▶ Essiggurkenwasser

### Topping

- ▶ 1 Zwiebel (rot)
- ▶ Salz
- ▶ Rotweinessig
- ▶ Einige Halme Schnittlauch
- ▶ 4-6 Scheiben Gouda (alternativ anderer Käse)

## Zubereitungszeit



20 Minuten

(plus etwas Zeit zum Abkühlen der Nussbrösel)

# Brathähnchen mit Semmelknödelfüllung

Doppelt gut: Die saftig-fluffige Semmelknödelfüllung gart im Inneren, während das Huhn außen knusprig brät.

## Zutaten (für 2 Portionen)

- ▶ 1 Gemüsezwiebel
- ▶ 20 g Butter
- ▶ 125 g Vollmilch
- ▶ 1 Brathuhn (etwa 1,4 kg)
- ▶ Salz
- ▶ 300 g Altbrot (gemischt, fein gewürfelt)
- ▶ 2 Zweige Petersilie (kraus, fein geschnitten)
- ▶ 3 Eier (Größe M)
- ▶ Olivenöl
- ▶ 7 g Paprikapulver (edelsüß)

## Zubereitungszeit



**30 Minuten**

(plus 80 Minuten Gar- und Ruhezeit)

- Den Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Die Zwiebel halbieren, pellen, fein würfeln.
- Die Butter in einer Pfanne schmelzen, die Zwiebeln darin glasig dünsten.
- Mit Milch abgießen und aufkochen, dann vom Herd ziehen und in einer Schüssel leicht abkühlen lassen.
- Das Huhn mit Küchenpapier gut ausreiben, innen und außen kräftig mit Salz würzen.
- Das Brot und die Petersilie mit den Eiern zu den Zwiebeln geben, alles locker durchkneten.
- Die Brot-Petersilien-Ei-Füllung ins Huhn geben. Dafür am besten einen Spritzbeutel ohne Tülle verwenden.
- Das Huhn dünn mit etwas Olivenöl bestreichen und auf ein Blech mit Backpapier geben. Im heißen Ofen 40 Minuten garen.
- Paprikapulver mit 1 EL Olivenöl verrühren, das Huhn damit einpinseln und nochmals 30 Minuten weiter garen. Das Huhn noch 10 Minuten im ausgeschalteten und geöffneten Ofen ruhen lassen.
- Das Huhn mit einer Geflügelschere halbieren, die Füllung in Scheiben schneiden und zu den halben Hähnchen servieren. ■





**Tipp**  
Zu dem  
Gericht passt  
Krautsalat.



### Tipp

Zu dem Dessert  
passen auch  
Schokoladensoße  
und Vanilleeis.

# Milchbrötchen-Schmarrn

Er sieht aus wie ein Kaiserschmarrn und macht genauso glücklich: der Milchbrötchen-Schmarrn.



● Die Haselnussblättchen in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten.

● Aus Vanillejoghurt, Milch, Eiern, Vanille, Zimt, Zucker, Backpulver und einer Prise Salz eine Vanille-Creme anrühren.

● Die Milchbrötchen mundgerecht zupfen und mit der Vanillecreme mischen.

● Den Backofen auf 80°C Umluft einschalten.

● Etwas Öl in eine Pfanne geben, etwas Butter dazugeben und darin schmelzen, den Milchbrötchenschmarrn darin portionsweise bei milder Hitze goldbraun braten. Bereits gebratenen Schmarrn im Ofen warmhalten.

● Den Schmarrn mit Puderzucker bestäuben, mit gerösteten Haselnussblättchen bestreuen und mit Pflaumenmus servieren. ■

## Zutaten (für 4 Portionen)

- ▶ 20-30 g Haselnussblättchen
- ▶ 100 g Vanillejoghurt
- ▶ 50 g Vollmilch
- ▶ 3 Eier (Größe M)
- ▶ 2 g Vanillepulver (alternativ 2 TL Bourbon-Vanille-Extrakt)
- ▶ 1 Msp. Zimt (entspricht 0,25 g)
- ▶ 10 g Zucker
- ▶ 3 g Backpulver
- ▶ Salz
- ▶ 4-6 Milchbrötchen (je nach Größe, alternativ Rosinenbrötchen)
- ▶ 20-30 g Pflanzenöl
- ▶ 15-20 g Butter
- ▶ Puderzucker
- ▶ Pflaumenmus

## Zubereitungszeit



25 Minuten

# Brot Laden



## Der Gär-Automat

Mit dem faltbaren Gärautomaten und Slow-Cooker von Brod & Taylor gibt es eine semi-professionelle Lösung für den Hausgebrauch, um die Gärzeit eines Brotteigs exakt zu regulieren. Der Gärautomat sorgt zuverlässig und präzise für die richtige Temperatur bei der Gare von Hefeteig, Sauerteig, Joghurt oder Kefir. Schonende und gleichmäßige Strahlungswärme erwärmt die Zutaten. Im Gärmodus stehen mit dem digitalen Temperaturregler Einstellungen von 21°C bis 49°C in 1°C-Schritten zu Verfügung (Im Slowcooker-Modus lassen sich 30°C bis 90°C in 5°C-Schritten einstellen). Für aufgehenden Brotteig kann die Luftfeuchtigkeit durch Verwendung des mitgelieferten Wasserbehälters (typische Luftfeuchtigkeit 60-80 %) erhöht werden. Der Automat ist



platzsparend zu verstauen und mit wenigen Handgriffen gebrauchsfertig aufgebaut.

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

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



## Gärkörbe

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



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

040/42 91 77-110



## 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. ■

22,95 EURO

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

## Mockmill

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



349,- EURO

Mockmill 200



Mockmill 100

279,- EURO

Mockmill Professional 200



719,- EURO



## Messer

Günstig und dennoch von hervorragender Qualität. Und das auch noch made in Europe.

Dafür steht die Marke Opinel. Bei der Entwicklung seiner Küchenmesserserie hat das Unternehmen Opinel auf seine Wurzeln und sein Know-how aus über 125 Jahren zurückgegriffen. Der jeweilige Griff aus Buchenholz verleiht den Messern eine schlichte und zeitlose Ästhetik. ■

**Brotmesser Parallele** mit besonders scharfem Wellenschliff und gebogener Klinge  
Klingenlänge: 21 cm

34,90 EURO



**Chefmesser Parallele**, ein Allzweckmesser für die Küche  
Klingenlänge: 20 cm

39,90 EURO



8,50 EURO

**Rillmesser N°113 Natur**  
Klingenlänge: 10 cm



**Opinel-Set Les Essentiels Natur**  
Officemesser, Rillmesser, Gemüsemesser und Schäler

34,90 EURO



## BROTkorb

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



## BROTleinen

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. ■

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

29,- 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.

## BROTGranulat

Natürliche Zutat, für die das Mahlgut mit Wasser unter Druck erhitzt, aufgepoppt und dann vermahlen wird. Grob gesagt handelt es sich um ein getrocknetes Kochstück in Pulverform.

AB 6,80 EURO



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. ■

Roggenvollkorn: 6,80 Euro  
Ackerbohne: 8,20 Euro  
Dinkel: 7,50 Euro

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

040/42 91 77-110



- Trichter aus Kork
- Holz aus nachhaltiger & ökologischer Forstwirtschaft
- Für 1-2 Personen
- 250 Watt Motor
- Fasst 850 g Weizen
- Mahlt 100g pro Minute
- Einfache Bedienung
- 12 Jahre Garantie
- Geeignet für Weichgetreide & Gewürze

## Komomio Eco

Die neueste Innovation aus dem Hause Komo, die erste Getreidemühle mit einem Trichter aus Kork. Kork ist eines der nachhaltigsten Materialien der Welt, 100 % biologisch abbaubar und kann dadurch auch abfallfrei recycelt werden. Zudem ist die KoMoMio ECO mit einem energieeffizienten 250 Watt Motor ausgestattet, damit man noch umweltfreundlicher sein Getreide selbst herstellen kann. 🍷

199,- EURO



19,80 EURO

## Bienenwachstuch BROTLaib

Optimal geeignet zum Frischhalten von Lebensmitteln, zum Abdecken von Schüsseln und fürs Einfrieren. Jedes einzelne Bienenwachstuch wird in einer Hamburger Manufaktur produziert. 🍷

- Exklusives Tuch mit **BROTLogo**
- Nachhaltige Alternative zur Frischhaltefolie
- Wiederverwendbar & plastikfrei
- 40 x 60 cm

- Leckere, hausgemachte Butter einfach selbstgemacht – ganz ohne Zusatzstoffe
- Nachhaltig: traditionelle Herstellungsweise ganz ohne Strom und Elektronik, mit manueller Handrurbel und Silikonmixer
- In nur wenigen Minuten wird aus Sahne frische, leckere Butter
- Auch perfekt geeignet für die Herstellung von Kräuter- oder Knoblauchbutter
- Fassungsvermögen: 1 Liter

## Kilner Butterfass mit Drehkurbel

Mit dem KILNER Butterfass lässt sich frische, selbstgemachte Butter in nur wenigen Minuten selbst herstellen. Schnell, sauber und einfach kriert man mit dem Retrostyle-Butterfass von Kilner leckere Butter – ganz frisch und cremig und ohne Zusatzstoffe. 🍷

44,95 EURO



## Kilner Sauerteig-Starter-Set

Das Sauerteig-Starter-Set enthält alle Komponenten, die zur Herstellung eines erfolgreichen Sauerteigs benötigt werden, welcher anschließend in ein frisches und leckeres Brot verwandelt werden kann. 🍷

- Lieferumfang
- 2x Kilner Weithalsglas 350ml
  - 1x Messdeckel aus Edelstahl
  - 1x Silikon Teigschaber
  - 1x Edelstahl Deckel
  - 2x Gummibänder
  - 6x Etiketten zum Beschriften

29,95 EURO



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

040/42 91 77-110



## BROTschürze

Nachhaltig, schick und ein bisschen witzig. Nicht nur mit ihrem umweltfreundlichen Material punkten unsere **BROT**Schürzen aus Recycling-Baumwolle – sie sind obendrein sehr praktisch in der Handhabung und damit toll für den Küchen-Einsatz geeignet. Ein kleines, aber feines Detail ist etwa die Fronttasche, in der sich Kochutensilien aufbewahren lassen. Hinzu kommt der Verstellriemen zum Anpassen der Größe. Und natürlich ein kesser Spruch auf der Brust. Da die Latzschürze mit ihrer Größe von 65 x 90 cm bis unterhalb des Knies reicht, bleiben auch Rock oder Hose darunter gut vor Verunreinigungen geschützt. Die Schürze wiegt leichte 115 g bei einer Stoffstärke von 150 g/m<sup>2</sup> und ist in zwei Versionen erhältlich. 🍞



14,80 EURO

\* auch in Natur erhältlich



Blau\* – Brot essen ist keine Kunst, **BROT** backen schon



Natur – Ich backe **BROT**. Was ist Deine Superkraft?

- Material: 100% recycelte Baumwolle, zirka 150 g/qm
- Maße Länge x Breite: 650 x 900 mm
- Gewicht: 115 g
- Nature Line Schürze, hergestellt aus recycelter Baumwolle
- Mit Fronttasche und Verstellriemen, unterhalb des Knies geschnitten

## Gitternetzlappen „Teiger“

Stinkender Putzlappen voller Teig? Teigreste an Schüsseln, Knetwerkzeugen und Händen, die sich nur mühsam entfernen lassen? Das alles gehört mit dem Teiger der Vergangenheit an.

Jeder von uns kennt sicher verklebte und schlechtriachende Putzschwämme oder Putzlappen an denen Teigreste kleben, die sich auch nicht wieder lösen lassen. Hier schafft der simple wie geniale Teiger Abhilfe. Durch seine Gitternetzstruktur löst er Teigreste ohne, dass der Lappen komplett verklebt. Und wenn doch mal kleine Reste an ihm hängenbleiben, kann man ihn einfach in der Spülmaschine waschen. Der Teiger (30 x 30 cm) wird im Doppelpack geliefert und ist Made in Germany. 🍞



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

040/42 91 77-110



# Kreatives Schulprojekt

## Ein Klasse(n)-Brot



Es war für Johannes Hirth der zweite Anlauf an der Otto-Klenert-Schule in Bad Friedrichshall. Sonst als ein Gesicht der Wildbakers und als Party-Bäcker bekannt, wollte Hirth mit Schülerinnen und Schülern handwerklich arbeiten. Beim ersten Mal scheiterte es am Interesse der jungen Menschen, dafür war der zweite Wurf ein großer. In vielerlei Hinsicht.

Der jährliche Wettbewerb „Kreative Köpfe“ gehört zu den Höhepunkten des Schuljahres im Raum Neckarsulm. Viele Schulen beteiligen sich am Ringen um besondere Ideen und Konzepte. So auch die Otto-Klenert-Schule (OKS) in Bad Friedrichshall. Schon im vergangenen Jahr hatte Bäckermeister Johannes Hirth die Idee, mit Schülerinnen und Schülern etwas Handwerkliches für den Wettbewerb zu schaffen. Der erste Anlauf wurde nichts, es gab zu wenig Interesse. Aber Hirth wie auch die Schulleitung waren zu begeistert von der Idee, um es dabei zu belassen.

### Internationales Team

Also gab es in diesem Jahr einen neuen Anlauf, diesmal zusammen mit Hauswirtschaftslehrerin Julia Diemer. Gemeinsam mit Schülerinnen und Schülern entwickelten sie die Idee eines völkerverbindenden Brotes. Mit Ayse Ikra Besli, Aleyna Olgun, Waeed Alamre, Kim Oertel, Nisa Cinar und Olcaytuc Demir fanden sich junge Menschen mit ganz unterschiedlichen Wurzeln. Sie alle sollten sich in einem Brot wiedererkennen, das gleichzeitig auch noch schmackhaft und gesund ist.

In der Mitte des Gebäcks, das aus mehreren kleinen Broten zusammengesetzt ist, liegt ein typisches Weizenmischbrot, das die gemeinsame Heimat Deutschland repräsentiert. Es ist der Mittelpunkt des täglichen Lebens und verbindet alle. Rundherum sind die verschiedenen Brotspezialitäten angeordnet, die mit typischen Zutaten für die unterschiedlichen Kulturen der Beteiligten stehen.

So wird Griechenland mit Oliven, Feta und Oregano verbunden, während Italien durch einen Ciabattateig mit einem Hartweizensauerteig, reichlich Olivenöl, getrocknete Tomaten und mediterrane Kräuter vertreten ist. Für Russland entstand eine typische Brotspezialität mit Kartoffeln, Zwiebeln und schwarzem Pfeffer. Der türkische Brotteil verwöhnt mit Salça (türkisches Tomatenmark), Pul Biber (Chili-

Pfeffer), schwarzem Sesam und Knoblauch. Syrien vereint viele Gewürze wie Curry, Kurkuma und Schwarzkümmel im Brot.

### Erfolgreiche Arbeit

Johannes Hirth griff die Idee der Schülerinnen und Schüler auf und gab dem Rezept den letzten Schliff. Die Beteiligten erfuhren bei diesem Projekt nicht nur etwas über die Theorie in der Backstube, sie waren auch für einen Nachmittag Gast in der Zentrale der Bäckerei Hirth. Unter Anleitung von Produktionsleiter Patrick Strehle durften sie selbst aktiv werden und die Teigherstellung, das Portionieren, Bestreichen und Bestäuben von Brot fühlen.

Kreativität und Einsatz haben sich gelohnt. Die Jury zeichnete das Klassenbrot mit einem Sonderpreis aus und honorierte so die Idee, Kulturen über den Genuss miteinander in Kontakt zu bringen. 🍞





# Klassenbrot

Gemeinsam erschufen Schülerinnen und Schüler der Otto-Klenert-Schule in Bad Friedrichshall eine Brotspezialität, in der sich geschmacklich die kulturellen Wurzeln aller Beteiligten wiederfinden. So verbindet der Genuss Menschen unterschiedlicher Herkunft. Auch ohne den verbindenden Aspekt kommt mit dem Klassenbrot ein fantastisches Gebäck für den gemütlichen Abend mit Familie oder Freundeskreis aus dem Ofen.

## WEIZENMISCH-GRUNDTEIG\*

### Sauerteig

\*etwa 760 g

- ▶ 65 g Wasser (warm)
- ▶ 80 g Roggenmehl 1150
- ▶ 8 g Anstellgut

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt bei Raumtemperatur 16-20 Stunden reifen lassen.

### Vorteig

- ▶ 50 g Wasser (warm)
- ▶ 80 g Weizenmehl 550
- ▶ 1 g Frischhefe

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt für 16-20 Stunden im Kühlschrank gehen lassen.

### Quellstück

- ▶ 40 g Wasser (kalt)
- ▶ 20 g Semmelbrösel

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt bei Raumtemperatur 2-20 Stunden quellen lassen.

### Hauptteig

(für Deutschland, Griechenland, Russland)

- ▶ Sauerteig
- ▶ Vorteig
- ▶ Quellstück
- ▶ 150 g Wasser (kalt)
- ▶ 210 g Weizenmehl 1050
- ▶ 50 g Roggenmehl 1150
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 3 g Frischhefe

Alle Zutaten 5 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann 8-10 Minuten auf schnellerer Stufe kneten.

## Deutschland

- ▶ 310 g Grundteig

Den Teig in einer Schüssel zugedeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten gehen lassen.

### Tip

1 g Frischhefe entspricht etwa der Größe einer Kichererbse.



## Griechenland

- ▶ 225 g Grundteig
- ▶ 20 g Oliven (entkernt, geschnitten)
- ▶ 10 g Feta (gewürfelt)
- ▶ 2 g Oregano (getrocknet)

Oliven, Feta und Oregano etwa 2 Minuten auf langsamer Stufe unter den Grundteig kneten. Den Teig dann in einer Schüssel zugedeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten gehen lassen.

## Russland

- ▶ 225 g Grundteig
- ▶ 30 g Kartoffeln (roh mit Schale, fein gewürfelt)
- ▶ 10 g Röstzwiebeln
- ▶ 2 g Schwarzer Pfeffer (grob)

Kartoffeln, Röstzwiebeln und Pfeffer etwa 2 Minuten auf langsamer Stufe unter den Grundteig kneten. Den Teig dann in einer Schüssel zugedeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten gehen lassen.



## Zeitstraster

**20.00 Uhr**  
Sauerteig, Vorteig und Quellstück für Mischbrot-Grundteig ansetzen

**22.00 Uhr**  
Sauerteig für mediterranen Grundteig ansetzen

**Nächster Tag**  
**13.00 Uhr**  
Hauptteig für mediterranen Grundteig ansetzen

**13.20 Uhr**  
Hauptteig für Mischbrot-Grundteig ansetzen

## Türkei

- ▶ 225 g Grundteig
- ▶ 10 g Sesam (schwarz)
- ▶ 2 g Pul Biber
- ▶ 10 g Tomatenmark

Sesam, Pul Biber und Tomatenmark etwa 2 Minuten auf langsamer Stufe unter den Grundteig kneten. Den Teig dann in einer Schüssel zugedeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten gehen lassen.



## Italien

- ▶ 225 g Grundteig
- ▶ 20 g Tomaten (getrocknet)
- ▶ 2 g Pizzakräuter

Kräuter und Tomaten etwa 2 Minuten auf langsamer Stufe unter den Grundteig kneten. Den Teig dann in einer Schüssel zugedeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten gehen lassen.



## Syrien

- ▶ 225 g Grundteig
- ▶ 10 g Schwarzer Kümmel
- ▶ 2 g Gewürzmischung „Die 7 Gewürze“
- ▶ 1 g Curry
- ▶ 1 g Kurkuma

Kümmel und Gewürze etwa 2 Minuten auf langsamer Stufe unter den Grundteig kneten. Den Teig dann in einer Schüssel zugedeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten gehen lassen.



Rezept & Bilder: Johannes Hirth, Waeed Alamre, Ayse Ikra Besli, Nisa Cinar, Olcaytuc Demir, Kim Oertel, Aleyna Olgun

## MEDITERRANER GRUNDTEIG\*

### Sauerteig

\*etwa 680 g

- ▶ 75 g Wasser (warm)
- ▶ 75 g Hartweizenmehl (alternativ Hartweizengrieß)
- ▶ 7 g Anstellgut

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt bei Raumtemperatur 14-18 Stunden reifen lassen.

### Hauptteig

(für Italien, Türkei, Syrien)

- ▶ Sauerteig
- ▶ 195 g Wasser (kalt)
- ▶ 300 g Weizenmehl 550
- ▶ 15 g Olivenöl
- ▶ 9 g Salz
- ▶ 4 g Frischhefe

Alle Zutaten 4-6 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann 8-10 Minuten auf schnellerer Stufe kneten.

### Tipp

Die 7 ist im Islam eine heilige Zahl. Entsprechend kommt den „7 Gewürzen“ in der arabischen Küche eine große Bedeutung zu. Ähnlich wie bei Curry, variiert die Zusammensetzung der Gewürzmischung. Typischerweise enthalten sind Pfeffer, Zimt, Koriander, Nelken, Ingwer, Muskatnuss, Kardamom, Kümmel oder Piment.

Die einzelnen Teige jeweils auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, rundwirken und mit Schluss nach unten auf ein mit Dauerbackfolie (alternativ Backpapier) ausgelegtes Blech legen. Dabei liegt der Grundteig Deutschland in der Mitte, die anderen Teige werden rundherum gesetzt. Zugedeckt etwa 45-60 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.

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

Das Blech mit kräftigem Schwaden in den Ofen geben und 10 Minuten backen. Die Temperatur auf 200°C senken und weitere 35 Minuten backen. ■

Schwierigkeitsgrad: ★★★★★

Getreide: Weizen, Roggen, Hartweizen

Triebmittel: Hefe, Sauerteig

Teigkonsistenz: fest, bindig

Zeit gesamt: 20-24 Stunden

Zeit am Backtag: 4,5 Stunden

Backzeit: 45 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 200°C, nach 10 Minuten

Schwaden: beim Einschließen

13.40 Uhr  
Länderteige Italien, Türkei, Syrien ansetzen

13.50 Uhr  
Länderteige Griechenland, Russland ansetzen

15.50 Uhr  
Brote formen

16.25 Uhr  
Ofen vorheizen

16.55 Uhr  
Backen

17.40 Uhr  
Brot fertig



Zu Besuch in der **Münchner Bageri**

# Die, die den Teig fühlt

Ihre Leidenschaft galt der Pharmazie. Dann tauschte Marie Herrmann die Apotheke gegen einen Container und die Arzneimittel gegen Sauerteigkulturen. Mit viel Liebe backt die Quereinsteigerin seit 2023 auf dem Bahnwärter-Thiel-Gelände in München handwerkliches Brot. Die aromatischen Laibe, die auf kleinstem Raum entstehen, haben in kurzer Zeit eine große Fangemeinde gewonnen. Ein echter Geheimtipp für Brotbegeisterte in der bayerischen Landeshauptstadt.

Text: Edda Klepp  
Bilder: Bageri &  
Edda Klepp

**H**eute steht Focaccia mit Kartoffeln, Knoblauch und Rosmarin auf dem Plan. Der weiche Teig auf Basis eines Weizen-Anstellguts hat sich gut entwickelt. Die Teigoberfläche ähnelt einer lebendigen Mondlandschaft mit Kratern und Hügeln. Nur dass es die Gärläschen und mit den Fingern eingedrückte Mulden sind, die ihr dieses

Aussehen verleihen. Ölig glänzend wird der Teig auf einem Blech nun mit dünnen Kartoffelscheiben bestückt. Frische Rosmarinzwige liegen schon als Garnitur bereit.

### Die Zeit, die es braucht

Es wirkt meditativ, Marie Herrmann beim Belegen der Focaccia zuzusehen. Die Bäckerin



Klein, aber fein – Backstube und Verkaufsraum gehen hier direkt ineinander über

ist ganz in ihre Tätigkeit vertieft und mit voller Konzentration dabei. Auf ihrem Gesicht zeigt sich ein zufrieden entrücktes Lächeln, sie ist vollkommen im Moment und bei ihrer Hände Arbeit. Derweil kümmert sich Maries Auszubildende Isabel im Hintergrund um das Gebäck im Ofen. Betörender Duft flutet den Verkaufsraum jedes Mal, wenn Isabel die Ofenklappe öffnet, um nach den Sauerteigbrotten zu sehen. Es kann nicht mehr lange dauern, bis sie fertig sind.

Liegen die Teiglinge erst einmal auf der heißen Platte im Ofen, ist der schwierigste Part bereits vollbracht. Ohne Zusatzstoffe und nur mit Sauerteig getrieben, wird das Brot in Marie Hermanns Bageri in Langzeitführung hergestellt. Dafür bekommen die Teiglinge genau die Zeit, die sie brauchen. Doch jeder Tag ist anders. Und die Umgebung keine gewöhnliche Backstube. Marie Hermanns Bageri ist eine Containerbäckerei auf dem Bahnwärter-Thiel-Gelände in München – einem ehemaligen Viehhof, der heute als Partylocation, für Flohmärkte und vieles mehr genutzt wird.

Das Sammelsurium aus ausgedienten Bahnwaggons und Seefrachtcontainern beherbergt Ateliers, Proberäume für Bands, Kunsthandwerk – und seit September 2023 auch eine Mikro-Bäckerei. Die bisweilen stark schwankenden Temperaturen sowie die Luftfeuchtigkeit an dem ungewöhnlichen Standort wirken

sich spürbar auf die Teigentwicklung der Brote aus. Für ausreichend Kühlfläche, sodass man die Teiglinge zur langen kalten Gare stellen könnte, ist im Container kein Platz.

Marie Herrmann stört das nicht. Im Gegenteil, sie liebt es, nah am Teig zu arbeiten. Ihn im Blick zu behalten und zu erspüren, wann der richtige Zeitpunkt für den nächsten Schritt gekommen ist. Mit geringem Einsatz an Triebmitteln bleibt dem Gebäck auch so genügend Zeit, ein vollmundiges Fermentationsaroma zu entwickeln. „Ich gehe dabei viel nach Gefühl vor und lasse die Teige bei Raumtemperatur gären. Genauso gebe ich es auch an meine Auszubildende weiter“, erklärt die Bäckerin, die mit ihrem Tun immer schon Gutes bewirken wollte.

### Kindheitsprägungen

Aus diesem Grund und weil sie Freude an der Arbeit mit Menschen hat, begeisterte sich Marie Herrmann früh für die Pharmazie. Ihre familiäre Prägung tat das Ihre dazu: Beide Eltern waren im pharmazeutischen Bereich tätig, sodass Marie mit der Materie bereits zu Schulzeiten vertraut war. Schon als Kind erlebte sie jedoch auch die Freude am Backen, nicht ahnend, dass daraus einmal ein Beruf werden könnte. Beide Leidenschaften begleiteten die junge Frau über Jahre, bevor sie sich schließlich für das backende Handwerk entschied. Aber von Anfang an.

Erste Erinnerungen ans Backen führen Marie Herrmann in ihre Kindergartenzeit. „Meine Oma ist jede Woche gekommen und dann



Die Bageri findet man auf dem Bahnwärter-Thiel-Gelände in einem Container



Marie Hermann (links) mit ihrer Auszubildenden Isabel Böhmler-Gonzalez



Eine leckere Focaccia gibt es regelmäßig im Sortiment

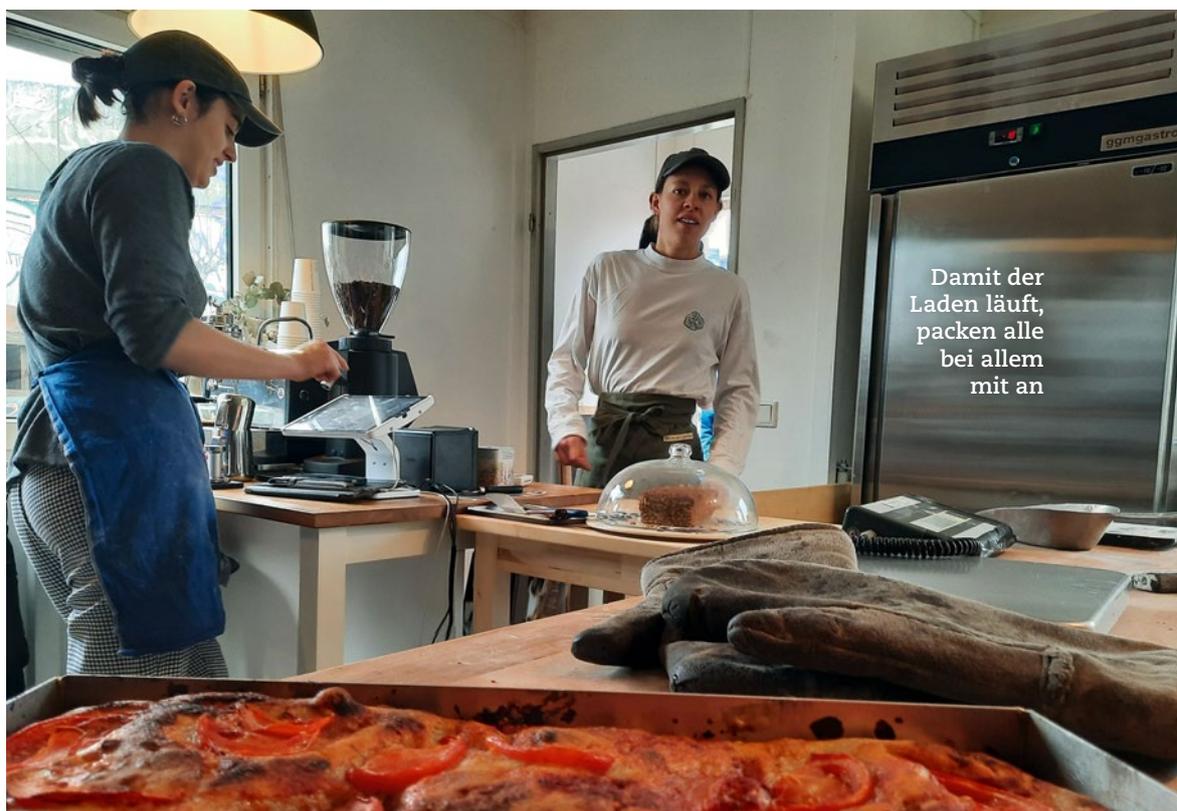


Ein Highlight in der Bageri sind – neben dem Sauerteigbrot – die Kardamomknoten

haben wir gemeinsam gebacken“, erinnert sie sich. Zu verschiedenen Anlässen gab es damals Kuchen und andere Leckereien. Kuchen backte Marie dann auch für Geburtstage sowie andere Anlässe im Familien- und Bekanntenkreis, als sie schon etwas älter war. Nach dem Abitur entschied sie sich jedoch zunächst für das Labor.

„Ich war immer schon naturwissenschaftlich interessiert und absolvierte daher eine Ausbildung zur pharmazeutisch-technischen Assistentin in Mainz“, sagt sie. Die beendete sie 2016, dann folgte ein vertiefendes Pharmazie-Studium in Heidelberg. Die Prüfungen für den Studienabschluss legte Marie 2020 ab. Parallel zum Studium arbeitete die angehende Pharmazeutin in einem Café und lebte dort ihre Backleidenschaft wieder kräftig aus. Es gab Kuchen und Gebäck für die Gäste.

Irgendwann zu dieser Zeit – es mag etwa sieben Jahre her sein – entdeckte eine Freundin das Brotbacken mit Sauerteig für sich. Marie wurde neugierig und probierte es selbst. „Da habe ich dann so richtig Feuer gefangen“, erinnert sie sich. Der Grundstein für ihre spätere berufliche Selbständigkeit war gelegt.



## Umzug nach München

In der Folgezeit führte Maries Lebensweg nach München, in eine Klinik, in der sie ihr praktisches Jahr als Pharmazeutin absolvierte. Überzeugt davon, in diesem Berufsfeld auch weiterhin tätig zu sein, engagierte sie sich sehr. Gleichzeitig ließ sie das Backen nicht los. „Nebenbei habe ich wieder in einem Café gearbeitet“, sagt sie. Im Münchner Specialty-Coffee-Store Suuapinga buk sie als Backstubenhilfe vorwiegend Süßes, doch auch der To-go-Bereich mit Brot sollte dort ausgeweitet werden.

An eine eigene Bäckerei dachte Marie Herrmann noch immer nicht. „Das war durch die Meisterpflicht, die wir in Deutschland haben, viel zu weit weg“, sagt sie. Den Titel braucht es für gewöhnlich, um eine eigene Bäckerei zu eröffnen. Gleichwohl reifte in Marie die Idee, eine Sachkundeprüfung abzulegen und damit das Café beim Ausbau des To-go-Geschäftes zu unterstützen. Mit der bestandenen Prüfung sowie einer damit verbundenen Ausnahme genehmigung wäre ihr nämlich auch ohne Meistertitel der Brotverkauf erlaubt.



### BAGERI SAUERTEIG-BÄCKEREI

Bahnwärter-Thiel-Gelände  
Tumblingerstraße 45  
80337 München

 @bageri\_muc

 bageri.net

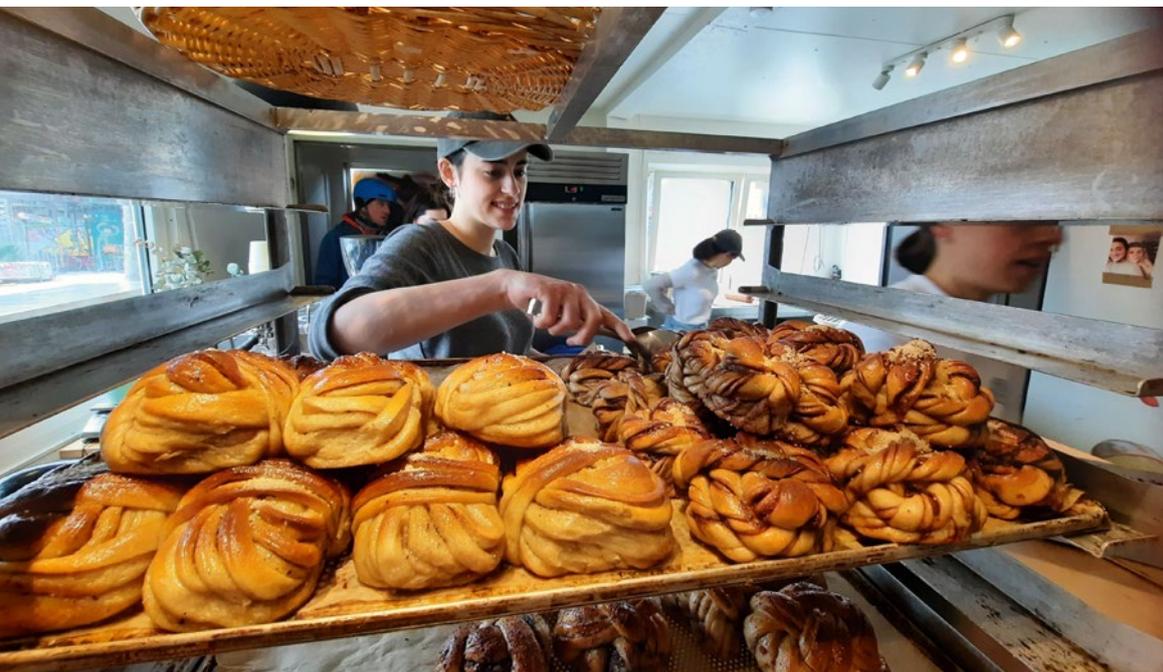
 kontakt@bageri.net

Gedacht, getan. Ein erster Anruf bei der zuständigen Behörde gab Marie allerdings erstmal einen Dämpfer. „Die Sachbearbeiterin schätzte meine Chancen nicht sehr gut ein, weil ich zu jung war. Man muss für die Zulassung argumentieren, warum es nicht zumutbar ist, noch eine Ausbildung zu machen“, erklärt Marie. Doch was hatte sie schon zu verlieren?

## Prüfungsvorbereitungen

Da sie von dieser amtlichen Stelle keine weitere Unterstützung erwarten konnte, schrieb sie ihren Antrag auf Ausnahmegenehmigung einfach selbst. Maries Begründung: „Ich hatte bereits mehrere Ausbildungen absolviert, viel Zeit und Geld investiert. Parallel hatte ich schon seit vielen Jahren viel gebacken. Daher war mir eine weitere Lehre nicht zuzumuten.“ Etwa drei Wochen später trudelte die Antwort ein: Marie wurde zur Sachkundeprüfung zugelassen.

Sechs Wochen blieben ihr ab sofort zur Vorbereitung. Hygiene, Rohstoffkunde, Backtechnologie – all das Wissen würde dabei abgefragt. Neben der Theorie galt es in der Praxis zu bestehen. Während einer Dauer von



Zwischen 140 und 600 Kardamom- sowie Zimtknoten produzieren die Bäckerinnen jeden Tag



Viel Liebe steckt in den Sauerteigbrotten der Bageri



Die Weizensauer-  
teigbrote werden mit  
Anstellgut aus Rog-  
genmehl getrieben

sechs Stunden musste Marie bei der praktischen Prüfung diverse Gebäcke mit fest vorgeschriebenen Stückzahlen backen: „30 Brezeln, 30 Weizenbrote, Vollkornbrötchen, Plunder, Roggenmischbrot, geformte Zöpfe, eine Torte mit Buttercreme und Spritzgebäck. Letzteres hat am meisten Nerven geraubt“, fasst sie die Anforderungen grob zusammen.

Stundenlang und in jeder freien Minute wurde fortan im Café geübt. „Ich habe die Backtage vorher bekannt gegeben und das Übungsgebäck anschließend verschenkt“, erzählt Marie. Der Kontakt zu einer Bäckerei in Thüringen eröffnete ihr außerdem die Möglichkeit, für eine Woche die Abläufe in einer größeren Backstube kennenzulernen. „Die Leute dort haben mich ein bisschen ge-coacht und ich durfte bei ihnen für ein paar Tage mitarbeiten.“

Am 12. Mai 2022 – zwei Tage zuvor war Marie 28 Jahre alt geworden – fand schließlich die Prüfung statt. Sie bestand. Und fortan gab es jeden Samstag im Café Suuapinga einen Brotverkauf.

### Weg zur Gründung

Unterdessen wuchs in Marie nun doch der Wunsch, ihre eigene kleine Bäckerei zu eröffnen. Vielleicht war es kein Zufall, dass

ausgerechnet eine Zimtschnecke dabei eine entscheidende Rolle spielte. Die zählte nämlich schon damals zu den Gebäcken, die die Münchnerin am liebsten buk. Zimtschnecken sind auch in Schweden beliebt, wo Marie im März 2023 in einer handwerklichen Mikro-Bäckerei als Urlaubsvertretung tätig war.

Bei einem Besuch des Suuapinga probierte Sebastian Däuwel, selbst Quereinsteiger im Backhandwerk und Gründer der Bäckerei Die Brotpuristen in Speyer, ein solches Gebäck. Seinen positiven Eindruck teilte er in einer Instagram-Story und kam auf diese Weise mit Marie in Kontakt. Sebastian konnte ihr eine Menge über die Gründung einer eigenen Bäckerei erzählen. Beide teilten ihre Vorliebe für langzeitgeführte Sauerteigbrote. Mit diesem Wissen und den guten Eindrücken aus Schweden im Gepäck machte sich Marie Herrmann schließlich auf, ihren gereiften Traum der eigenen Sauerteig-Bäckerei in die Tat umzusetzen.

Zunächst brauchte es einen geeigneten Ort für Backstube und Geschäft. Fündig wurde Marie bei Bahnwärter Thiel und mietete zum 1. Juli 2023 einen geeigneten Container. Da sie ihr Vorhaben nicht allein umsetzen konnte und wollte, hatte sie in Isabel eine potenzielle Auszubildende gefunden. „Sie wollte



Die Idee für die  
Sauerteigbrötchen  
mit Sesam stammt  
von einem Ausflug  
nach Kopenhagen



auch sehr gerne Bäckerin werden, suchte aber nach den passenden Ausbildungsbedingungen.“ Beide Frauen wurden sich einig und Marie legte kurzerhand auch noch die Prüfung ab, um den dafür notwendigen Ausbilderschein zu haben.

Ein Steuerberater und eine Buchhalterin wurden außerdem ins Boot geholt. Dann ging es an die Gestaltung der Backstube, die direkt in einen winzigen Verkaufsbe- reich übergeht. „Die Ausstattung und alle Maschinen, außer zweier Kühlgeräte, habe ich gebraucht gekauft.“ So ließ sich in der Gründungsphase Kapital einsparen. Ein sechsmonatiger Gründungszuschuss der Agentur für Arbeit ermöglichte Marie in den ersten Monaten eine gewisse Planungs- sicherheit.

### Minimalistisches Konzept

Am 1. September 2023 öffnete Marie Herrmanns Bageri zum ersten Mal. Bageri bedeutet aus dem Schwedischen übersetzt nichts anderes als Bäckerei. Deren Öffnungszeiten sind überschaubar: Donnerstags und freitags startet der Verkauf um 11 Uhr vormittags und endet um 18 Uhr. Am Samstag können Brotfans im Container zwischen 8.30 Uhr und 18 Uhr Brote und anderes Gebäck einkaufen. „Dienstags und mittwochs backen wir auch, aber mit den Gebäcken beliefern wir dann Cafés“, erklärt die Betriebsinhaberin.

Mit ihrem Tun möchte Marie Herrmann etwas Gutes bewirken





Der winzige Verkaufsraum grenzt direkt an die Backstube



Das Sortiment ist überschaubar, um eine gute Qualität gewährleisten zu können



Mit ihrer Liebe zum Sauer Teigbrot wuchs Maries Wunsch, eine eigene Bäckerei zu eröffnen

100 bis 140 Kundinnen und Kunden besuchen die Bageri jeden Tag. Sie können zwischen zwei verschiedenen Sauer Teigbroten wählen, einem Weizenlaib und einem Roggenmischbrot. Darüber hinaus gibt es zwei verschiedene Knoten, zum Beispiel mit Zimt und Kardamom, sowie Kuchen und Focaccia. Samstags darf man sich außerdem auf Sesamsemmeln aus Rotkornweizen freuen. Eine Auswahl an Heiß- und Kaltgetränken runden das Sortiment ab.

Obwohl die Bageri im Vergleich zu anderen Betrieben mit einem maximal minimalistischen Ansatz daher kommt, gibt es für alle mitarbeitenden Hände ausreichend zu tun. Seit Februar 2024 komplettieren eine Festangestellte und mehrere Mini-Jobberinnen das Team. Während gebacken wird, kümmern sich alle Bäckerinnen zu den Öffnungszeiten auch um den Verkauf.

### Handwerkliche Gebäcke

Etwa 600 ihrer beliebten Knoten sowie 80 Brote produziert Marie Herrmann mit ihrem



Team für den Samstagsverkauf, unter der Woche etwas weniger. Dabei legt die Bäckerin Wert auf die handwerkliche Produktion ohne Zusatzstoffe. „Ich liebe es einfach, aus wenigen Zutaten etwas Gutes zu machen“, schwärmt sie. Das Weizensauerteigmischbrot zum Beispiel wird nur aus Wasser, 1050er- sowie 550er-Mehl und Sauerteig hergestellt. Dazu gesellt sich etwas Roggen.

Frische, Qualität und ausgesuchte Zutaten – so einfach lautet Marie Herrmanns Erfolgskonzept. Und Natürlichkeit. Ihr Mehl bezieht sie überwiegend regional von der Jakob Blum Kunstmühle in München. Für die Kardamomknoten wird der Kardamom frisch gemahlen in die Füllung gegeben und oben aufs Gebäck gestreut. Zwei verschiedene Sauerteige hat die Bageri als Triebmittel im Einsatz: „Einen Weizensauerteig für die Knoten sowie die Focaccia und einen auf Roggenbasis für die Brote.“

Weiter wachsen will Marie Herrmann mit ihrer Bäckerei derzeit nicht. „Wir können alle gut davon leben. Und ich backe lieber wenige Produkte, die dafür sehr gut werden“, sagt sie. Aber wer weiß schon, welche Idee sie als nächstes leidenschaftlich packt. 🍞

# Kürbis-Zwiebel-Aufstrich

Herbstzeit ist Kürbiszeit. Und manchmal ist weniger mehr. Der Aufstrich kommt mit wenigen Zutaten daher, aber die geschmorten Zwiebeln sowie Feta geben ihm seinen besonderen Geschmack. Die würzige Creme macht sich gut auf einem rustikalen Mischbrot mit herzhafter Kruste, schmeckt aber auch auf Schwarzbrot ganz hervorragend.

## Zutaten\*

- ▶ 200 g Kürbis
- ▶ 1 Zwiebel
- ▶ 1 Knoblauchzehe
- ▶ Speiseöl
- ▶ 50 g Feta
- ▶ Salz
- ▶ Pfeffer
- ▶ Chilliflocken (optional)

\*Ergibt 2 Gläser à 150 ml

- 🍷 Den Kürbis je nach Sorte schälen, in grobe Würfel schneiden und zirka 10 Minuten in Salzwasser weich kochen, anschließend gut abtropfen lassen.
- 🍷 Die Zwiebel sowie den Knoblauch in kleine Würfel schneiden und anschließend in der Pfanne mit 1 EL Öl glasig schmoren.
- 🍷 Den Kürbis zerdrücken, mit den restlichen Zutaten mischen und mit Salz sowie Pfeffer abschmecken. Nach Geschmack noch etwas Chili hinzufügen.
- 🍷 Den Dip in zuvor ausgekochte Gläser füllen und sofort fest verschließen. Kühl und trocken gelagert ist der Aufstrich 5-7 Tage haltbar. 🍷

Rezept & Bild:  
Michelle Deschner  
📷 @mimipusteblyme



## Tip

Den Aufstrich auf dem Brot mit ein paar Scheiben Birne garnieren. Wer es cremig mag, kann den Dip zudem mit etwas Kokosmilch verfeinern.



## Zeitnasten

15.00 Uhr  
Teig ansetzen

16.15 Uhr  
Brot formen

16.45 Uhr  
Ofen vorheizen

17.15 Uhr  
Backen

18.00 Uhr  
Brot fertig

# Bienknacker

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. Dieses Brot entwickelt dank Bier, Backmalz und Vollkornmehl trotz knapper Zeit einen intensiven Geschmack. Herzhafte Röstaromen steuert dann auch noch die krachende Kruste bei.

☉ Alle Zutaten auf langsamer Stufe 4 Minuten mischen, dann auf schnellerer Stufe 5 Minuten kneten und den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur 50 Minuten gehen lassen.

☉ Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, langwirken und mit Schluss nach oben in einem mit Roggenmehl bemehlten Gärkorbchen bei Raumtemperatur 50-60 Minuten gehen lassen.

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

☉ Den Teigling sanft aus dem Gärkorbchen stürzen, einschneiden, mit Schwaden in den Ofen geben und 10 Minuten backen. Die Temperatur auf 230°C reduzieren und weitere 35 Minuten backen. ■

## Teig-Zutaten

- ▶ 330 g Bier (alkoholfrei, Raumtemperatur)
- ▶ 250 g Weizenmehl 550
- ▶ 160 g Weizen-Ruchmehl (alternativ Weizenmehl 1050)
- ▶ 90 g Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 5 g Backmalz (inaktiv)
- ▶ 10 g Frischhefe
- ▶ 10 g Salz

Für Einsteiger geeignet

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

Rezept & Bild: Nadja Alessi

 @little\_kitchen\_and\_more

 little-kitchen-and-more.com

## NOCH MEHR SCHNELLE REZEPTE

Gutes Brot braucht Zeit. Aber was, wenn die Backlust trotzdem groß ist? In diesem Fall freut man sich über Rezepte, die den Spagat zwischen „schnell auf den Tisch“ und „aromatisch-bekömmlich“ erfolgreich meistern. Mehr als 30 dieser Rezepte bietet das **BROT**Sonderheft „Schnelles BROT“. Erhältlich unter

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



# Sauerteig

- ▶ 50 g Wasser (warm)
- ▶ 50 g Weizenmehl 1050
- ▶ 10 g Anstellgut

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt an einem warmen Ort 5-8 Stunden reifen lassen.



# Autolyseteig

- ▶ 290 g Wasser (warm)
- ▶ 350 g Weizenmehl 550
- ▶ 95 g Weizenmehl 1050

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

# Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Autolyseteig
- ▶ 11 g Salz
- ▶ 1 g Frischhefe (optional)

Rezept & Bild: Sebastian Krist

@brotartig  
 brotartig.de

**Für Einsteiger  
geeignet**

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	weich
Zeit gesamt:	20-25 Stunden
Zeit am Backtag:	1,5 Stunden
Backzeit:	50-55 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	210°C, nach 10 Minuten
Schwaden:	beim Einschließen

# Weizenwunder

Ein herrliches Weizenbrot, gelockert mit aromatischem Sauerteig – was gibt es Schöneres? Der Laib besticht durch eine unregelmäßige Porung und eine saftige Krume. Der warm geführte Sauerteig garantiert einen milden Geschmack – und die lange kalte Stückgare ein feines Aroma. Da möchte man am liebsten nur mit etwas gesalzener Butter oder gar pur hineinbeißen.

☉ Alle Zutaten auf langsamer Stufe 3 Minuten mischen, dann auf schnellerer Stufe 6 Minuten kneten. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur 4 Stunden gehen lassen, dabei nach 30, 60, 90 und 120 Minuten jeweils einmal dehnen und falten.

☉ Den Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben, rundwirken und dann länglich formen. Den Teigling zugedeckt mit Schluss nach oben in einem bemehlten Gärkorbchen für 10-12 Stunden in den Kühlschrank stellen.

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

☉ Den Teigling aus dem Kühlschrank nehmen, sanft aus dem Gärkorbchen stürzen, der Länge nach tief einschneiden, mit Schwaden in den Ofen geben und 10 Minuten backen. Die Temperatur auf 210°C reduzieren und weitere 40-45 Minuten backen. ■

## Tipp

Die idealen Bedingungen für einen warm geführten Sauerteig findet man zum Beispiel in der Nähe der Heizung. Alternativ stellt man den sich entwickelnden Sauerteig in eine isolierte Box oder unter eine Bettdecke – begleitet von zwei mit heißem Wasser gefüllten Flaschen.



## Zeitraster

9.00 Uhr Sauerteig ansetzen	16.00 Uhr Autolyseteig ansetzen	17.00 Uhr Hauptteig ansetzen	21.15 Uhr Brot formen und in den Kühlschrank stellen	Nächster Tag 8.30 Uhr Ofen vorheizen	8.55 Uhr Teigling aus dem Kühl- schrank holen	9.00 Uhr Backen	9.50 Uhr Brot fertig
-----------------------------------	---------------------------------------	------------------------------------	--	---	--	--------------------	----------------------------

# 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 Gärgas 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.

**Backmalz** – natürliches Backmittel, das aus gekeimtem Getreide gewonnen wird. Während der Keimung sind Getreide-eigene Enzyme auf dem Höhepunkt ihrer Aktivität und bauen unter anderem die Stärke des Kornes zu Zucker ab. Unterbrochen wird der Keimprozess durch Darren, also Trocknung des Getreides. Bei niedrigeren Temperaturen wird es zunächst getrocknet, dann gemahlen. Dabei bleiben die Enzyme intakt und werden durch das Hinzufügen von Wasser wieder aktiviert. Daher heißt dieses Malz „(enzym)aktives Backmalz“. Die Enzyme setzen ihre Tätigkeit im Teig fort. Die Hefe-Aktivität wird angeregt, die Krume des Gebäcks wattiger, der Geschmack mild süßlich, die Kruste röscher. Wichtig ist eine sehr vorsichtige Dosierung, da zu viel Enzymatik zu einer Zersetzung des Teiges führt, weil zu viel Stärke abgebaut wird. Enthält der Teig Roggen, ist keine Zugabe aktiven Malzes sinnvoll, da Roggen selbst über eine höhere Enzymatik verfügt. Wird das gekeimte Getreide bei höheren Temperaturen gedarrt, nimmt es Farbe an und die Enzyme werden inaktiviert. Die Rede ist dann von „(enzym)inaktivem Backmalz“. Es gibt dem Teig Farbe, eine malzige Geschmacksnote und den Hefen schnell aufzuschließende Zuckerstoffe.

**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 gemahlene 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.

**Fingerdrucktest** – Die Reife eines Weizenteiges lässt sich am besten mit dem Fingerdrucktest 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 **BROTAusgabe** 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 Fremd gärung zu verhindern, kann die Salzmenge des Hauptteiges mit in das Quellstück eingerührt werden. Würden die groben Bestandteile nicht verquollen, würden sie Wasser aus dem Teig ziehen, er würde zunehmend fester und trockener werden. Üblicherweise sollte die im Quellstück zu verquellende Menge nicht mehr als 30 bis 60 Prozent der Gesamtmenge der Getreideerzeugnisse ausmachen. Je wärmer das Wasser, umso mehr kann davon gebunden werden.

**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. Vollgare Teiglinge vergrößern ihr Volumen im Ofen nur noch minimal.

# Vorschau

BROT gibt es sechsmal jährlich.  
Die nächste Ausgabe erscheint  
am 08.11.2024

Digital-  
Ausgabe  
erhältlich ab  
25.10.2024

Darum geht es unter anderem:



- Sauerteig für Eilige – ein Pulver, das hält, was es verspricht



- Intensiver Geschmack – mit fermentierten Saaten backen



- Englische Breadboards – besondere Brettchen fürs Brot



- Kulturgut – eine Reise durch die uigurische Brotlandschaft

**HERAUSGEBER**  
Sebastian Marquardt, Tom Wellhausen

**REDAKTION**  
Mundsburger Damm 6  
22087 Hamburg

Telefon: 040/42 91 77-300  
redaktion@brot-magazin.de  
www.brot-magazin.de

**LEITUNG REDAKTION/GRAFIK**  
Jan Schönberg

**CHEFREDAKTION**  
Sebastian Marquardt (verantwortlich),  
Edda Klepp

**REDAKTION**  
Mario Bicher, Jan Schnare, Max Stecker

**AUTORINNEN & AUTOREN**  
Bäbel Adelhelm, Nadja Alessi,  
Silke Binte-Braun, Michelle Deschner,  
Gerda Göttling, Christoph Heger,  
Stefanie Herberth, Johannes Hirth,  
Dorothee Keipke, Sebastian Krist,  
Karl Oppenkamp, Stevan Paul, Maïke  
von Richthofen, Valesa Schell,  
Andrea Thode

**FOTOS**  
Andrea Thode; stock.adobe.com:  
Brent Hofacker, CandyRetriever,  
Chaechaeyv, contrastwerkstatt,  
eyetronic, igorpi17, MIRACLE MOMENTS,  
monticellllo, nerudol, photocrew,  
Ralph, Ronny, Ruzanna, Sea Wave,  
smartmediadesign, Татьяна  
Макарова, vitals, wayhome.studio

**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)  
Dennis Klippel, Sven Reinke  
Telefon: 040/42 91 77-404  
anzeigen@wm-medien.de

**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  
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: CHF 13,50 / Benelux: € 8,10

**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 übernommen  
werden. Mit der Übergabe von  
Manuskripten, Abbildungen, Dateien  
an den Verlag versichert der Verfasser,  
dass es sich um Erstveröffentlichungen  
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

## Masterclass Sauerteig

Sauerteig-Profi in 10 Tagen



### Jetzt buchen: [brot-akademie.com](https://brot-akademie.com)

- ✓ Videokurse mit ausführlichen Anleitungen
- ✓ Praxisnahe Tipps und Tricks
- ✓ Einfache Zutaten, gelingsichere Rezepte
- ✓ Begleitende Kursmaterialien und Rezepte zum Download
- ✓ Lerne, wann und wo Du willst – in Deinem Rhythmus
- ✓ Einmal gebucht, immer wieder verfügbar

In diesem 10-Tages-Kurs setzt Du Deinen eigenen Sauerteig an und lernst alles über den Umgang mit ihm. Außerdem backen wir gemeinsam Dein erstes Sauerteig-Brot. Schritt für Schritt begleiten wir Dich beim Ansetzen Deines Sauerteigs. Am Tag der Kursbuchung geht es los. Zehn Tage lang

schalten wir jeden Tag eine Lektion für Dich frei. Per Video-Anleitung erfährst Du alles über das Vorgehen. Pro Tag solltest Du 10-20 Minuten Zeit einplanen. Dabei entscheidest Du, wann es losgeht, alle Lektionen stehen nach dem Kauf dauerhaft zur Verfügung. Zudem erhältst nützliche Lektüre zum

Download und damit ein tiefes Verständnis für das, was im Sauerteig vor sich geht. Ab Tag 7 gibt es spannende Lektionen zu Pflege, Einsatz, Haltbarmachung und Rettung von Sauerteig sowie zur schmackhaften Resteverwertung. Alles kann auch später immer wieder nachgesehen werden.

Bewertungen bisheriger Teilnehmer/innen:



Besonders gefallen haben mir die genauen Erklärungen, dass alles nachgelesen werden kann und die vielen Beispiele zur Sauerteig-Verwertung. Sehr gute Videos. Eva P.

Das Einfache und Unaufgeregte dieses Kurses ist klasse. Rolf H.

# Jetzt neu!

**Brot**  
Fibel

## Getreide & Mehl

Alles über Herkunft, Herstellung, Eigenschaften und Verarbeitung



Mit einem Vorwort von  
Prof. Dr. Friedrich Longin,  
Universität Hohenheim

Geballtes Wissen für  
die Backstube

- Brotgetreide im Profil
- Alles über Urgetreide
- Glutenfreie Alternativen
- Selbst Mahlen vs. Mehl kaufen
- Basiswissen Mehl-Analytik



24,90 Euro

Getreide und Mehlerstellung entscheiden erheblich über Qualität, Aroma sowie Eigenschaften von Teigen und Gebäcken. Die **BROT**Fibel **Getreide & Mehl** gibt Brot-Neulingen und Backprofis breites Wissen sowie tiefe Einblicke. Alle Brotgetreide werden umfassend mit Eigenschaften und Besonderheiten vorgestellt. Von moderner Mühlentechnologie über Mehlanalytik bis hin zum Selbermahlen erklären Expertinnen und Experten die Mehlerstellung ausführlich. Woran man gutes Mehl erkennt, wo man es findet, wie man es richtig lagert und einsetzt – all diese Fragen werden kompetent beantwortet. Und auch glutenfreie Mehle kommen nicht zu kurz. Umfangreiches Fachwissen wird hier einfach und leicht verständlich erklärt. Mit der **BROT**Fibel **Getreide & Mehl** hat man stets ein Nachschlagewerk zur Hand, das hilft, den wichtigsten Rohstoff zu verstehen und perfekt einzusetzen. Oder ein perfektes Geschenk für alle, die gerne Brot und Brötchen backen. Dieses Standardwerk gehört in jede Backstube.

Hier druckfrisch bestellen:  
[www.brot-magazin.de/einkaufen](http://www.brot-magazin.de/einkaufen)  
oder 040/42 91 77-110