

Festlich Backen

Brot, Kuchen & Kekse

IM HEFT

Mehr als
40 Rezepte
lecker, kreativ,
gelingsicher

Weihnachtsklassiker

Hausgemachte Stollen,
Julekake und Panettone

Gutes drauf

Leckere Aufstriche
in Minutenschnelle

Geschmackserlebnis

Wie Brot und Wein
perfekt harmonieren

Glutenfrei genießen

So gelingen Lebkuchen,
Gewürz- und Walnussbrot

Kreative Backideen
für besondere Anlässe

Brot zum Fest



8,50 EUR

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

Ausgabe 05/2019
www.brot-magazin.de

Brot

Brot

GLUTENFREI BACKEN
12 Mehle für
schmackhafte Brote

HARRY-BROT

Zu Besuch bei Deutschl
größtem Backwaren-He

LAMINIEREN

Die Krume
locker falten

HETEROGENE POPULATIONE

Wenn Züchter Chao
auf dem Feld woller

Vol

5,90
A: 6,50

Brot

Brot

Gesund und bekömmlich backen

WEISSES GOLD

Alles, was man über
Mehl wissen sollte

GLUTENFREI BACKEN

Wie man richtig viel
Aroma ins Brot bekommt

EINSTEIGER-KURS

Auffrischbröte zur
Sauerteig-Verwertung

SCHOKO-SAUERTEIG

Faszinierende Aromen

Winter- zauber

17 Seiten mit tollen
Rezepten für die
Vorweihnachtszeit

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

2 für 1

Zwei Hefte zum
Preis von einem
Digital-Ausgaben
inklusive

IM HEFT

Mehr als
30 Rezepte
für gelingsichere
Brote und Aufstriche

Jetzt bestellen!

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



EDITORIAL

Liebe Leserinnen, liebe Leser.

Man soll die Feste feiern, wie sie fallen. So empfiehlt es zumindest ein bekanntes Sprichwort, das man fast überall auf der Welt so oder so ähnlich kennt. Schon in der Bibel waren Feste grundlegende Bestandteile gesellschaftlicher Strukturen. Sie dienten und dienen dazu, dem Tag, Jahr oder sogar Jahrhundert einen gewissen Rhythmus zu geben. Das beginnt beim Feierabend, geht über das Erntedankfest und reicht bis zum großen Silvester-Countdown am 31. Dezember.

Doch feierliche Veranstaltungen sind viel mehr als nur traditionsreiche Taktgeber. Sie haben auch heute noch eine wichtige soziale Funktion. Schließlich sorgen sie für Ablenkung vom Alltag, lassen mit Vorfreude auf das anstehende Ereignis blicken – und im Nachgang kann man noch lange von den positiven Gedanken an ein Fest zehren.

Feste begleiten die Menschen schon seit jeher. Und fast schon selbstverständlich ist Essen ein essenzieller Bestandteil fast jedes Festes. So speiste Jesus beim Abendmahl mit den Menschen – und Könige luden zu besonderen Anlässen Gäste an ihre reich gedeckte Tafel ein. Heute sind es meist Geburtstagsfeiern, Weihnachten oder Hochzeiten, die festlich begangen werden. Und auch hier steht die passende kulinarische Untermalung immer im Mittelpunkt des Geschehens.

Gerade jetzt, zum Ende des Jahres, ballen sich einige der beliebtesten Feste. Die Adventszeit lädt zum Backen von Keksen und Kuchen ein, an den Weihnachtstagen freuen sich alle auf herzhaft Hauptgänge sowie süße Nachspeisen und auch bei der Silvesterparty dürfen leckere Snacks natürlich nicht fehlen. Daher

widmen wir mit **Festlich Backen** ein ganzes Magazin dieser festlichsten Zeit des Jahres.

Auf den folgenden Seiten gibt es mehr als 40 gelungene, kreative Rezepte für festliche Anlässe. Im Mittelpunkt steht dabei immer das Thema Backen. Ob winterliches Fruchtbrot, fluffiges Baguette für das Feiertagsfondue oder Weihnachtsklassiker wie Stollen und Panettone – es ist für jeden Geschmack etwas dabei. Also heizt schon mal den Ofen vor und buttert eure Backformen – jetzt wird's festlich.

Viel Spaß beim Nachbacken, guten Appetit und ein frohes Fest wünscht herzlich

Jan Schnare
Redaktion **Festlich Backen**

Festlich Backen ist ein Sonderheft der Zeitschrift **BROT**, dem Magazin für gesundes und bekömmliches Backen.

 @brotmagazin

 /BrotMagazin

 www.brot-magazin.de

Unsere Facebook-Gruppe:

 facebook.com/groups/brotforum



12



94



40



60

Inhalt

Verschiedenes

Weihnachtsmarkt	8
Interessante Produkte fürs Backen und Genießen	
Inspiration	50
Literatur rund ums Backen: Bücher und Blogs	
Mühlen-Finder	53
BROTladen	80
Nützliches und Schönes rund ums Brotbacken	
Glossar	95
Alle wichtigen Fachbegriffe fürs Backen auf einen Blick	
Impressum	98

Festliches Wissen

Festliches Gebäck	6
Brot-Ideen für feierliche Anlässe	
Kopfscheidung	34
Mit gutem Gewissen durch die Feiertage	
Das perfekte Dinner	68
Brot, Bier und Wein clever kombiniert	

Aufstriche und Cremes

Süße Bratbirne	15
Wintertraum-Aufstrich	23
Winterliche Zwetschge	55
Forellen-Meerrettich-Mousse	59
Rotweibutter	77
Handkäse-Trüffel-Creme	94

Glutenfrei

Walnussbrot	86
Gewürzkuchen	87
Lachs-Haselnuss-Quiche	88
Brownies	90
Quinoa-Kekse	91
Apfel-Nuss-Stollen	92
Lebkuchen	93

Brote und Vorspeisen

Weihnachtsstern	12
Nuss-Cranberry-Wurzeln	14
Apfel-Zimt-Stern	16
Feiertags-Fougasse	20
Cappuccino-Korinthen-Stuten	22
Schwäbisches Hutzelbrot	26
Silvesterbrot	30
Stollenbrötchen	38
Plätzchenbrot	54
Brotsuppe	56
Bauernbaguette	64

Herzhaftes und Hauptgerichte

Semmelknödel	58
Gefülltes Brot mit Grillgemüse	60
Prosecco-Fondue	62
Schweizer Äpler-Raclette	62
Fondue moitié-moitié	63
Walliser Raclette	63
Kassler im Brotteig	66
Laugenroulade	72
Enten-Bagels	74
Knusperbagels	75
Gänseschmalz-Flammkuchen	76
Brezelterrine	78

Süßes und Nachspeisen

Bröggchen	18
Sauerteig-Plätzchen	19
Julekake	24
Apfelbrot	28
Makwki	32
Panettone	40
Grittibänz	43
Dreikönigskuchen	44
Weihnachtsstollen	46



Wie dieses Heft funktioniert

Vorab

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

Die Angaben

Wenn im Rezept von Raumtemperatur die Rede ist, sind 20-22°C gemeint. Weicht die Temperatur stark ab, hat das Einfluss auf die angegebene Zeit.

Faustformel: pro 5°C verdoppeln oder halbieren die Hefekulturen ihre Tätigkeit. Bei den Angaben zur Wassermenge ist Vorsicht geboten. Jedes Mehl hat andere Eigenschaften und kann unterschiedlich viel Flüssigkeit binden. Es empfiehlt sich, mit etwas weniger Wasser zu beginnen und gegebenenfalls nachzuschütten. Ähnlich ist es mit Zeitangaben. Jeder Sauerteig, jede Hefe, jede Knetmaschine arbeitet anders. Daher ist jede Zeitangabe zwar erprobt, dennoch nur eine Empfehlung. Wann ein Teig ausgeknetet ist, zeigt der Fenstertest, die Gärreife zeigt sich am Teig.

Die Bewertung

Wir haben jedem Brot einen Schwierigkeitsgrad zugeordnet.

★☆☆ - einfaches Rezept

★★★ - Rezept mit Anspruch


★★★★ - sehr anspruchsvolles Rezept


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


Fachbegriffe

Brotbacken kommt nicht ohne Fachbegriffe aus. Ab Seite 95 findet Ihr daher ein Glossar, in dem alle Fachbegriffe, die in dieser Ausgabe vorkommen, kurz erklärt werden. Zudem haben wir teilweise Video-Links beigefügt, weil Bilder manchmal mehr sagen als tausend Worte. Für den tieferen Einstieg ins Back-Vokabular empfehlen wir die Website www.baeckerlatein.de

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

 @brotmagazin

 www.brot-magazin.de

 /BrotMagazin

 facebook.com/groups/brotforum

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

Festliches Gebäck

Brot-Ideen für feierliche Anlässe

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



Vorspeise

Brot ist die perfekte Vorspeise. Ein helles Brot, leicht geröstet mit gutem Olivenöl, Salz und Kräutern schmeckt nicht nur fantastisch, es regt auch den Appetit an. Trotz seiner Einfachheit ein rundum stimmiger Appetizer. Einziger Nachteil: Davon isst man grundsätzlich zu viel.

Dippen und belegen

Beim Käse-Fondue ist Brot einer der Hauptdarsteller. Wem läuft nicht das Wasser im Mund zusammen beim Gedanken an frisches Weiß- oder kräftiges Mischbrot, das man in würzigen Käse tunkt? Lecker belegt mit warmen Zutaten aus dem Raclette-Grill kann man die perfekte Symbiose aus vermeintlicher Beilage und kräftigem Hauptgericht schaffen.



Brotzeit

Mit einer Brotzeit verbinden die meisten eher weniger festliche Anlässe. Doch weit gefehlt. Eine fein angerichtete Platte mit exotisch belegten Broten ist zum Beispiel ein perfekter Mitternachtssnack an Silvester, zu Weihnachten oder bei der nächsten Geburtstagsfeier.



Fingerfood

Nicht jedes Fest findet in gemütlicher Runde an der gedeckten Tafel statt. Gerade bei Gartenpartys oder Geburtstagen steht man auch mal. Da kommt Speisen besondere Bedeutung zu, die sich gut vorbereiten lassen und ohne Besteck und Geschirr gegessen werden können. Was ist da naheliegender als Brot?

Süßes

Natürlich eignet sich Brot auch perfekt für Nachspeisen. Es muss ja nicht immer ein Eis oder Kuchen sein. Fluffiges Brioche-Brot mit süßen Cremes bestrichen oder saftige Teige mit fruchtigen Zutaten, mit ein wenig Butter bestrichen – was gibt es Köstlicheres?



Kombinieren

Warum nicht mal etwas Neues ausprobieren und Hauptgang sowie Brot verbinden? Auf diese Weise entstanden schließlich einige der beliebtesten Klassiker der schnellen Küche: Burger, Hot-Dog, Fischbrötchen oder Döner. Ideen gibt es zahlreiche. Zum Beispiel Kasseler mit Sauerkraut oder Grünkohl mit Mettwurst im Brötchen.



Von der Hammermühle gibt es eine **glutenfreie Backmischung** für ein dunkles, herzhaftes Vollkornbrot. Mit seinem hohen Anteil an Saaten von mehr als 30 Prozent soll es wunderbar saftig und kernig werden. Enthalten sind neben Vollkorn-Reismehl und Maisstärke auch Sonnenblumenkerne, Leinsaat, Buchweizenmehl, getrockneter Reis-Sauerteig, Goldleinsaat, Leinsamenmehl, Salz, Guarkernmehl und Zucker. Der 500 g-Beutel kostet 2,49 Euro.
www.hammermuehle-shop.de



Weihnachtsmarkt



Zum 60. Geburtstag des Kultmixers Krups 3 Mix gibt es jetzt eine limitierte Sonderedition zu kaufen. Der neue 3 Mix ist in den Farben Schwarz/Kupfer designt, überzeugt sonst aber laut Hersteller – wie seine Vorgänger – mit perfekten Rühr- und Knetergebnissen. Bis zu einem Kilogramm Brotteig schafft der 500 Watt starke Motor. Die Geschwindigkeitsregulierung des **Mixers** erfolgt in fünf Stufen. Wer es schnell mag, kann die Turbofunktion einstellen. Neben den klassischen Rührstäben gehören zum Krups 3 Mix auch ein Schneebesen sowie Knethaken. Bei der Jubiläumsedition ist eine praktische Aufbewahrungstasche exklusiv im Lieferumfang enthalten. Der Krups 3 Mix 5000 kostet 74,99 Euro, die Version 7000 mit stufenlosem Geschwindigkeitsregler 94,99 Euro.
www.krups.de



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



Das neue **Brotmesser** von Hobbybäcker ist nicht nur etwas für Brotfans, sondern auch ein tolles Weihnachtsgeschenk. Die geschmiedete Klinge aus Chrom-Molybdän-Stahl verfügt über einen Wellenschliff und die abgerundete Klingenspitze soll für einen exakten Schnitt sorgen. Der Griff ist aus Palisander-Holz gefertigt. Die Klingenslänge beträgt 25 cm. Der Preis: 36,95 Euro.
www.hobbybaecker.de



Das **Glühweingewürz** von Just Spices macht aus gutem Rotwein ohne großen Aufwand Glühwein. Es enthält neben den Standard-Glühweingewürzen wie Nelken, Zimtblüten und Sternanis auch noch Hibiscusblüten für eine zusätzlich fruchtig-blumige Note. Die Gewürzmischung wird einfach in einem Topf mit Rotwein und nach Geschmack etwas Zucker vermischt, erwärmt und kann getrunken werden. 20 g in der wiederverschließbaren Dose kosten 4,99 Euro.
www.justspices.de



Neu im Sortiment von Häussler sind verschiedene Nachbildungen alter, traditioneller **Backmodeln** aus Kunstholz. Sie eignen sich für die Herstellung von Springerle, die mit ihren Motiven zum Naschen verführen sollen. Durch die Aufhängeöse können die Modeln auch als Dekorationsschmuck für die Küche oder den Weihnachtsbaum genutzt werden. Es sind viele verschiedene Motive erhältlich.
www.backdorf.de



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



Weihnachts-Schaubäckerei mit Live Backvorführungen auf über 5.000 m²

29.11. bis 01.12.2019
10 - 18 Uhr

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

HÄUSSLER

Backzubehör und Werkzeuge



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

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

Der Hobbybäcker-Versand bietet eine **kleine Springform** an, die einen Durchmesser von 18 cm und eine Höhe von 5,5 cm hat. Dank der Antihaftversiegelung sollen sich die Backwaren leicht aus der Form lösen. Die Form ist nicht Spülmaschinen-geeignet und kann bis maximal 250°C verwendet werden. Die in Deutschland gefertigte Form kostet 5,95 Euro. www.hobbybaecker.de



Egal ob saftiger Braten, knackiges Gemüse oder zartes Gulasch – mit dem Russell Hobbs Sous Vide Schongarer sollen nicht nur Festtagsgerichte leicht gelingen. Das **3-in-1-Küchengerät** ermöglicht Sous Vide-Garen, Langzeit-Schongaren (Slow Cooking) und Kochen mit Temperaturfühler, etwa für das Garen ganzer Fleischstücke oder für die Herstellung von Joghurt. Der 6,5 l fassende Sous Vide Schongarer besitzt ein digitales Display, voreingestellte Programme und Temperaturregelung. Der herausnehmbare Keramik-Gartopf sorgt für eine gleichmäßige Wärmeverteilung und lässt sich in der Spülmaschine reinigen. www.russellhobbs.com



Zimtstern-Ausstecher bietet Häussler an. Laut Hersteller sollen die Formen ein sauberes Ausstechen bis in die Sternspitzen ermöglichen. Mit dem klappbaren Ausstecher drückt man die Sterne direkt aus dem mit Zuckerguss bestrichenen Teig und kann sie dann dank des Öffnungsmechanismus direkt auf das Backblech legen. Der aus Edelstahl gefertigte Ausstecher kostet 27,90 Euro. www.backdorf.de



Mit dem **Zimtbrötchen-Gewürz** bietet Just Spices eine fertige Gewürzmischung, mit der sich ein einfacher Brötchenteig in eine zimtiges Weihnachtsgebäck verwandelt lässt. Neben Zimt verfeinern Kardamom, Sternanis, Nelken und Muskatnuss den Mix. Vanille gibt dem Ganzen noch eine süß-würzige Note. Der Preis für die 40 g-Dose beträgt 5,99 Euro. www.justspices.de





Dank spezieller Performance Cut-Technologie sind die Klingen der **Messer** im neuen WMF Cuisine One Messerblock laut Hersteller besonders scharf. Die formstabilen und korrosionsbeständigen Klingen werden im traditionellen Verfahren geschmiedet. Den Abschluss bildet ein ergonomisch geformter Griff. Der Holzmesserblock ist bestückt mit einem Kochmesser (34 cm), einem Brotmesser mit Doppelwellenschliff (33 cm), einem Fleisch-/Filiermesser (29 cm), einem Allzweckmesser mit Doppelwellenschliff (23,5 cm) sowie einem Wetzstahl. Der Preis für das Komplettsset beträgt 199,99 Euro. www.wmf.com



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



Für das Backen von Broten im Topf eignet sich die neue, gusseiserne **Cocotte** von Staub. Dank ihrer Wärmeleiteigenschaften soll leckeres Brot gelingen, das außen eine knusprige Kruste erhält und innen schön saftig bleibt. Nach der Zubereitung kann das selbstgemachte Brot zudem in dem Bräter aufbewahrt werden. So bleibt noch lange Vorrat für viele weitere Butterbrote. Natürlich eignet sich die Cocotte auch für das Garen von anderen Gerichten. www.zwilling-shop.com



**10%
Rabatt***

auf Ihre Bestellung

Ihr Gutscheincode
brot2019



- ▶ HOCHWERTIGE OLIVENÖLE
- ▶ ERLESENE WEINE
- ▶ AUSGESUCHTE FEINKOST

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

*Weinhändler
des Jahres
2018 & 2019*

* Der Gutschein ist gültig bis zum 15.01.2020 und gilt für alle Produkte unseres Sortiments. Ausgenommen sind lediglich bereits reduzierte Artikel, Subskriptionen und Gutscheine. Pro Kunde ist nur ein Gutschein einlösbar. Dieser Gutschein ist nicht mit anderen Gutscheinen oder Aktionen kombinierbar. Keine Barauszahlung möglich.

Pinard de Picard GmbH & Co. KG
Alfred-Nobel-Allee 28
DE-66793 Saarwellingen
+49 (0) 68 38/ 9 79 50-0
info@pinard.de
www.pinard.de



Weihnachtsstern

Weihnachten ist das Fest der Liebe und Besinnlichkeit – und des guten Essens. Da darf ein schmackhaftes und saftiges Brot natürlich nicht fehlen. Dieses besonders geformte Exemplar passt ideal zum Weihnachtsfrühstück: Durch das Rosinen-Honig-Quellstück bekommt es trotz des Sauerteigs einen süßlichen Geschmack und schmeckt mit Marmelade oder Nuss-Nougat-Creme einfach himmlisch.

☘ Alle Zutaten – bis auf das Quellstück – 5 Minuten auf niedrigster Stufe vermischen. Dann das abgetropfte Quellstück hinzugeben und 1 weitere Minute auf langsamer Stufe untermischen.

☘ Den Teig 2 Stunden bei Raumtemperatur zur Gare stellen.

☘ Den Teig auf eine gut bemehlte Arbeitsfläche geben und rundformen. Der Teig ist recht klebrig und lässt sich durch den hohen Roggenanteil nicht so gut bearbeiten.

☘ Danach den Teig mit gut bemehlter Unterseite auf Backpapier geben und mit einem Teigspachtel ein Kreuz in die Mitte des Teiglings stechen. Die vier entstanden Teile nun behutsam nach außen klappen, sodass in der Mitte ein Loch und außen vier Sternecken entstehen. Die äußeren Ecken mittig mit dem Teigspachtel einstechen, sodass aus einer Ecke jeweils zwei Spitzen werden. Diese Spitzen etwas auseinanderziehen.

☘ Den entstandenen Stern abdecken und 45 Minuten bei Raumtemperatur reifen lassen.

☘ Den Stern-Teigling leicht mit Mehl bestäuben und bei 250°C Ober-/Unterhitze in den vorgeheizten Ofen geben. Nach 1 Minute schwaden. Nach 10 Minuten den Schwaden ablassen, die Temperatur auf 200°C senken und weitere 35 Minuten backen. 🍴

Tipp
Das Brot kann rund gebacken werden und ist auch außerhalb der Weihnachtszeit lecker. Und wer keine Rosinen mag, lässt das Quellstück weg und gibt 20 g Honig sowie zusätzlich 10 g Wasser mit in den Hauptteig.

Schwierigkeitsgrad:	★★★★
Getreide:	Weizen, Roggen
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	klebrig
Zeit gesamt:	24-32 Stunden
Zeit am Backtag:	4 Stunden
Backzeit:	45 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	200°C nach 10 Minuten
Schwaden:	nach 1 Minute, nach 10 Minuten ablassen

Sauerteig

- ▶ 145 g Roggenmehl 1150
- ▶ 145 g Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 240 g Wasser (warm)
- ▶ 25 g Anstellgut

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

Quellstück

- ▶ 70 g Rosinen
- ▶ 35 g Milch (Kühlschranktemperatur)
- ▶ 20 g Honig


Die Zutaten vermischen und 4-8 Stunden im Kühlschrank quellen lassen. Vor Verwendung die Rosinen in einem Sieb kurz abtropfen lassen und erst dann zum Hauptteig geben.

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Quellstück
- ▶ 95 g Weizenmehl 1050
- ▶ 85 g Weizenmehl 550
- ▶ 85 g Wasser (Raumtemperatur)
- ▶ 9 g Salz

Rezept & Bilder: Sebastian Krist

 @brotartig

 /brotartig

 www.brotartig.de

Schwierigkeitsgrad:	★★☆
Getreide:	Weizen, Dinkel
Triebmittel:	Hefe, Sauerteig
Teigkonsistenz:	mittelfest
Zeit gesamt:	36-50 Stunden
Zeit am Backtag:	2-2,5 Stunden
Backzeit:	20-25 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	250°C (optional 200°C nach 10 Minuten)
Schwaden:	beim Einschießen, nach 10 Minuten ablassen



Nuss-Cranberry-Wurzeln

Quellstück

- ▶ 50 g Haselnüsse
- ▶ 50 g Cashews
- ▶ 50 g Cranberries
- ▶ 150 g Wasser (lauwarm)

Alles vermischen und mit Wasser bedeckt 2 Stunden quellen lassen.

Autolyseteig

- ▶ 250 g Weizenmehl 550
- ▶ 150 g Dinkelmehl 630
- ▶ 150 g Hartweizengrieß
- ▶ 370 g Wasser

Die Zutaten in eine Schüssel geben, 1 Minute auf langsamer Stufe verkneten und danach 1 Stunde abgedeckt stehen lassen.

Hauptteig

- ▶ Quellstück
- ▶ Autolyseteig
- ▶ 50 g Sauerteig (kalt, alternativ Lievito Madre)
- ▶ 4 g Frischhefe
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 10 g Agavendicksaft (alternativ Honig)
- ▶ 20 g Olivenöl

Rezept & Bild: Valesa Schell

[f /groups/brotbackliebeundmehr](#)

[www.brotbackliebeundmehr.com](#)

Diese süßlich-herben Wurzeln sind sehr einfach herzustellen, da die Teiglinge nur abgestochen und verdreht werden. Durch eine lange Gare und ein Quellstück aus Haselnüssen, Cashews und Cranberries bekommt der Teig viel Aroma und das fertige Brot einen sehr interessanten Geschmack. Die Wurzeln sind toll als Beilagenbrot zu Salaten oder Suppen und schmecken am besten mit Käse – also auch perfekt zum Fondue.

❖ Das Quellstück in ein Sieb geben und überschüssiges Wasser abtropfen lassen.

❖ Den Autolyseteig mit dem Sauerteig, der Hefe und dem Agavendicksaft 3 Minuten auf langsamer Stufe verkneten. Weitere 10 Minuten auf schnellerer Stufe kneten. Nach 7 Minuten das Salz zugeben und unterkneten. Nach 8 Minuten das Öl einlaufen lassen und unterkneten. Quellstück dazugeben und weitere 2 Minuten auf langsamer Stufe unterkneten.

❖ Den Teig in eine große Schüssel geben, die vorher dünn mit Öl eingepinselt wurde, und rundum von außen zur Mitte hin falten. 6 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen. Nach 1 und 2 Stunden nochmal rundum falten. Anschließend 24-48 Stunden kühl stellen.

❖ Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen, direkt auf eine mit

Hartweizengrieß bestäubte Backunterlage stürzen und die Oberfläche ebenfalls bemehlen.

❖ Von dem Teig vier längliche Teiglinge abstechen und diese in sich verdrehen.

❖ Die Teiglinge auf Backpapier oder Backfolie legen und weitere 1,5-2 Stunden abgedeckt gehen lassen.

❖ Rechtzeitig den Backofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Ein Backblech oder – falls vorhanden – einen Backstahl mit aufheizen.

❖ Bei 250°C 20-25 Minuten backen. Beim Einschießen schwaden oder das Brot mit Wasser einsprühen. Nach 10 Minuten den Backofen kurz öffnen und den Dampf etwas abziehen lassen.

❖ Wer es weniger rustikal möchte, kann nach 10 Minuten die Temperatur auf 200°C reduzieren. 🍴

Tipp

Statt der Gewürze kann man auch 5 g Lebkuchengewürz verwenden.

Süße Bratbirne

Den Winterklassiker „Bratapfel“ mit seinem unverwechselbar leckeren Geschmack kennt man. Aber wie wäre es mal mit einer etwas außergewöhnlicheren Idee? Zum Beispiel dieser Variante mit Birne und Marzipan. Der Aufstrich macht sich auch gut als Geschenk.

- ❖ Die Birnen in kleine Stückchen schneiden und gemeinsam mit dem Gelierzucker in einen Topf geben.
- ❖ Die Zitrone pressen, den Saft und die geriebene Tonkabohne mit den Gewürzen ebenfalls in den Topf geben.
- ❖ Die Marzipanrohmasse mit einer Reibe reiben und zu den übrigen Zutaten in den Topf geben.
- ❖ Dann die Rosinen und den Rum dazugeben.
- ❖ Den Topf auf den Herd stellen und die Zutaten zum Kochen bringen. 4-6 Minuten sprudelnd kochen.
- ❖ Für die Gelierprobe etwas Aufstrich auf einen Teller geben. Die Masse sollte nach dem Abkühlen fest werden beziehungsweise andicken. Wenn das nicht der Fall ist, noch etwas länger kochen und die Gelierprobe wiederholen.
- ❖ Den Aufstrich mit Hilfe eines Trichters in saubere Einweckgläser abfüllen und verschließen. ■

Rezept & Bild: Michelle Deschner


 @mimipustebume

Zutaten

- ▶ 1.300 g Birnen (reif)
- ▶ 100 g Marzipanrohmasse (Kühlschrank-kalt)
- ▶ 75 g Rosinen
- ▶ 3 Nelken
- ▶ 1 Sternanis
- ▶ 1 Zimtstange
- ▶ 1 Zitrone
- ▶ ½ Tonkabohne (gerieben, alternativ Mark von einer Vanilleschote)
- ▶ 25 g Rum (optional)
- ▶ 500 g Gelierzucker (3:1)



Rezept & Bilder: Nadja Alessi

 @little_kitchen_and_more

Schwierigkeitsgrad: ★★★

Getreide: Weizen

Triebmittel: Hefe

Teigkonsistenz: bindig

Zeit gesamt: 10,5 Stunden

Zeit am Backtag: 10,5 Stunden

Backzeit: 30 Minuten

Starttemperatur: 210°C

Backtemperatur: 190°C
direkt beim Einschließen

Schwaden: nein



Apfel-Zimt-Stern

Dieser Apfel-Zimt-Stern ist auf jedem Tisch ein echtes Highlight. Die Kombination von Zimt und Apfel ist wohl eine der beliebtesten Geschmackskombinationen zur Weihnachtszeit und sorgt für ein süßlich-lecker Aroma. Die Flechttechnik setzt zwar ein bisschen Geschick voraus, belohnt wird man jedoch mit einem optisch tollen Gebäck, das sich auch super als Geschenk macht.

☘ Mehl und Zimt in einer Schüssel vermischen und dann alle Zutaten bis auf die Butter in der Knetmaschine 3 Minuten langsam vermischen und 4 Minuten schnell zu einem Teig verkneten. Dann die Butter dazugeben und weitere 6 Minuten auf schnellerer Stufe verkneten.

☘ Den Teig abgedeckt 7 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen. Nach 2 Stunden einmal dehnen und falten.

☘ Den Teig in 15 Teile von jeweils knapp 60 Gramm teilen und zu 30 Zentimeter langen Rollen formen. Wie auf den Bildern gezeigt zu einem Stern flechten, der aus Sechsstrang-Zöpfen besteht. Abgedeckt 45-60 Minuten zur Gare stellen.

☘ In der Zwischenzeit den Ofen auf 210°C vorheizen und den Stern das erste Mal mit verquirltem Ei bestreichen. Vor dem Einschießen nochmal mit Ei bestreichen und mit Hagelzucker bestreuen. Die Temperatur gleich nach dem Einschießen auf 190°C senken und den Stern für 30 Minuten gold-gelb ausbacken. ■

Zutaten

- ▶ 500 g Weizenmehl 550
- ▶ 150 g Apfelmus
- ▶ 140 g Milch (lauwarm)
- ▶ 50 g Butter (kalt, in kleinen Stücken)
- ▶ 45 g Zucker
- ▶ 6 g Salz
- ▶ 6 g Frischhefe
- ▶ 2 g Zimt
- ▶ 1 Ei

Zum Bestreuen

- ▶ 1 Ei
- ▶ Hagelzucker



Anleitung Zopfstern flechten

Bild 1: Vier Stränge bereit legen, die zwei äußeren, die waagrecht liegen, noch nicht beachten.

Bild 2: Mit den anderen Strängen einen Sechsstrang-Zopf flechten.

Bild 3/4: Drei neue Stränge dazu nehmen, den Äußersten links nicht beachten und wieder einen Sechsstrang-Zopf flechten.

Bild 5: Diesen Vorgang wiederholen, bis alle Stränge verarbeitet sind.

Bild 6: Am Schluss den Stern etwas zusammenschieben, sodass sich die Anfänge berühren.



Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Roggen
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	fest
Zeit gesamt:	45 Minuten
Zeit am Backtag:	45 Minuten
Backzeit:	13 Minuten
Starttemperatur:	180°C
Backtemperatur:	180°C
Schwaden:	nein

Bröggchen

Optisch sehen die kleinen „Bröggchen“ ein wenig wie Marzipan-Kartoffeln aus. Es handelt sich hierbei aber um Keks-Kugeln aus Roggenmehl und Sauerteig-Resten, die mit etwas Honig, Orangenschale, Zimt, Vanillezucker und Kakao zu einem interessanten Gebäck werden, das für frischen Wind auf dem Plätzchen-Teller sorgt. Fein-säuerlich, würzig, süß, herb und mit einem weihnachtlichen Hauch schmecken sie nicht nur zum Fest.

Zutaten*

- ▶ 100 g Anstellgut
- ▶ 50 g Roggenmehl 1150
- ▶ 40 g Lichtkornroggenmehl (Alternativ Roggenmehl Vollkorn)
- ▶ 55 g Honig
- ▶ 10 g Kakao
- ▶ 8 g Vanille-Zucker
- ▶ 2 g Zimt
- ▶ 1 Prise Salz
- ▶ 1/4 Orange (Bio)

✿ Die Schale der Orange abreiben und zusammen mit den anderen Zutaten zu einem festen, homogenen Teig verkneten.


✿ Den Teig in drei gleichgroße Teile teilen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche in drei gleichmäßig dicke, etwa 20 cm lange Stränge rollen.


✿ Von den Rollen 2 cm breite Teigstücke abstechen, zwischen den Handflächen zu gleichförmigen Kugeln rollen, auf ein Backblech geben und im vorgeheizten Backofen bei 180°C Ober-/Unterhitze etwa 13 Minuten backen. 🍪


*Ergibt 1 Backblech mit 30 Bröggchen



Rezept & Bild:
Ben Bembnista

 @brotpoet

 /brotpoet

 www.brotpoet.de



Tipp
Man kann den Teig noch mit Zimt, Vanille, Orangenschale, Zitronenschale, Piment, Kardamom, Schokodrops, Kakao oder anderen Zutaten verfeinern. Wird als Ausgangsbasis eher flüssiger Sauerteig verwendet, kann gegebenenfalls die Milch weggelassen oder noch etwas Mehl hinzugegeben werden.

Rezept & Bild:
Ben Bembnista
 @brotpoet
 /brotpoet
 www.brotpoet.de

Sauerteig-Plätzchen

Dieses Grundrezept für Plätzchen ist ideal, um Sauerteigreste kreativ und schmackhaft zu verarbeiten. Die Plätzchen sind geschmacklich sehr authentisch und klassisch – mit einer hintergründigen Joghurt-Note. Der Teig kann natürlich auch den eigenen Vorlieben entsprechend variiert werden.

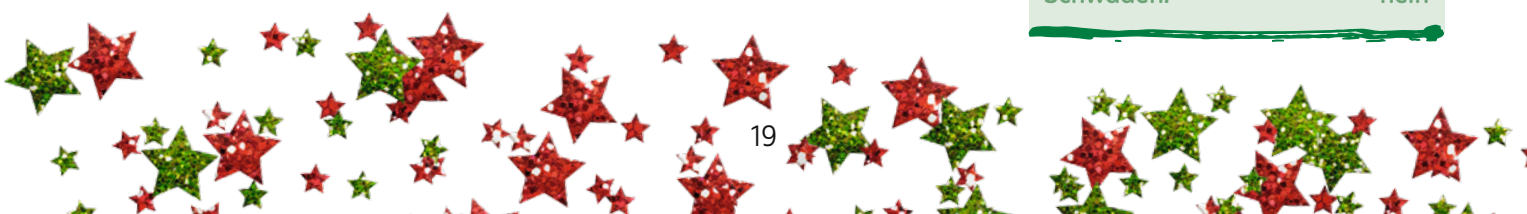
- ☞ Die Zutaten 3-5 Minuten zu einem festen, elastischen Teig verkneten.
- ☞ Den Teig auf bemehlter Arbeitsfläche teilen, etwa 1 cm dünn ausrollen und Plätzchen beliebiger Form ausstechen oder schneiden.
- ☞ Die Plätzchen bei 180°C Ober-/Unterhitze etwa 10 bis 15 Minuten backen, bis der Keks-Rand beginnt, leicht braun zu werden. 🍪

Zutaten*

- ▶ 200 g Sauerteig (fest, Teigausbeute 150)
- ▶ 200 g Zucker
- ▶ 200 g Butter
- ▶ 300 g Weizenmehl 550 (alternativ Dinkelmehl 630)
- ▶ 30 g Milch
- ▶ 1 Prise Salz

*Ergibt 3 Bleche

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen, Dinkel
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	fest, elastisch
Zeit gesamt:	45 Minuten
Zeit am Backtag:	45 Minuten
Backzeit:	10-15 Minuten
Starttemperatur:	180°C
Backtemperatur:	180°C
Schwaden:	nein



Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Dinkel
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	bindig
Zeit gesamt:	23 Stunden
Zeit am Backtag:	1 Stunde
Backzeit:	15-17 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	250°C
Schwaden:	beim Einschließen

Feiertags- Fougasse

Tipp

Anstelle von Apfel schmecken auch Birne und geröstete Walnüsse in der Fougasse. Wer es noch weihnachtlicher mag, gibt 1 g Spekulatius-Gewürz in den Teig.

Zutaten

- ▶ 250 g Dinkelmehl 630
- ▶ 50 g Dinklruchmehl (alternativ Dinkelmehl Vollkorn)
- ▶ 145 g Wasser (Raumtemperatur)
- ▶ 120 g Milch (3,8 % Fett)
- ▶ 100 g Apfel
- ▶ 50 g Schokoladen-Sauerteig Marvin (Rezept auf der nächsten Seite)
- ▶ 50 g Haselnüsse
- ▶ 25 g Apfelsaft
- ▶ 7 g Kakao-Nibs
- ▶ 7 g Salz
- ▶ 1 g Zimt
- ▶ 1 Messerspitze Vanille (gemahlen)

Zum Bestreuen

- ▶ Kakao-Nibs
- ▶ Maisgrieß

Die Fougasse ist ein flaches provenzalische Brot – unkompliziert in der Zubereitung und optisch ein Hingucker. Der Teig wird in einer flachen Backform mit einer Teigkarte eingeschnitten und etwas auseinandergezogen, sodass sich mehrere „Zweige“ bilden. Der schokoladige Sauerteig verleiht dieser Fougasse eine angenehme Kakaonote, geröstete Haselnüsse sorgen für einen kräftigen Biss und Apfelstückchen versüßen den Geschmack.

- * Alle Zutaten – außer Haselnüsse, Salz, 25 g Wasser und Apfel – miteinander vermengen und so lange mit den Händen kneten, bis der Teig eine klebrig-bindige Konsistenz hat und sich gut vom Schüsselrand löst.
- * Den Teig mit feuchten Händen dehnen und falten, danach abgedeckt 45 Minuten bei Raumtemperatur stehen lassen.
- * Währenddessen die Haselnüsse im Backofen bei 170°C Ober-/Unterhitze 6 Minuten rösten und danach abkühlen lassen.
- * Das Salz in den übrigen 25 g Wasser auflösen und in den Teig einarbeiten. Den Teig dehnen und falten, danach abgedeckt 30 Minuten gehen lassen.
- * Haselnüsse auf den Teig legen und erneut dehnen und falten. Abgedeckt für 45 Minuten ruhen lassen.



✿ Den Apfel in Stücke schneiden und auf dem Teig verteilen – vorsichtig alle Teigseiten einmal dehnen und über die Apfelstücke legen, sodass sie vom Teig bedeckt sind.

✿ Den Teig mit Schluss nach unten in eine geölte Wanne oder Schüssel legen – von unten vorsichtig dehnen und falten, danach abgedeckt für 15-20 Stunden in den Kühlschrank stellen.

✿ Backpapier auf ein Backblech legen und mit Reismehl ausstreuen. Den Teig auf das Backblech legen und vorsichtig auseinanderziehen – abgedeckt 30 Minuten ruhen lassen.

✿ Eine Teigkarte mit Öl einfetten und den Teig in der gewünschten Form einschneiden, dabei den Teig vorsichtig mit der Karte auseinanderziehen, sodass ein Fenster nach dem anderen entsteht. Zum Schluss mit Kakao-Nibs und Maisgrieß bestreuen.

✿ Den Fougasse-Teig in den ordentlich auf 250°C Ober-/Unterhitze vorgeheizten Backofen schieben und sofort schwaden. 15-17 Minuten backen. 🍳

Rezept & Bilder:

Margarete Maria Preker

📷 @imagina_von_rosenberg

📘 /ImaginaVonRosenberg

🌐 www.brotpassion.de



Schokoladen-Sauerteig Marvin

Dieser Schokoladen-Sauerteig bringt Abwechslung in die eigene Backstube. Der Geruch erinnert an einen schokoladigen Balsamico, angenehm mild und süß-säuerlich mit einer feinen Karamellnote. Ein Schokoladen-Sauerteig verleiht sowohl herzhaften Roggenbrotten als auch süßen Backwaren eine angenehme geschmackliche Tiefe sowie ein unvergleichliches Aroma.

✿ Alle Zutaten in einem hohen Glas miteinander vermischen, zugedeckt bei Raumtemperatur sechs bis acht Stunden reifen lassen. Anschließend verarbeiten oder im Kühlschrank lagern.

✿ Um optimale Backergebnisse zu erzielen, kann man Schoko-Marvin zwei Mal hintereinander füttern. 🍳

Marvin ansetzen

▶ 25 g Sauerteig Marvin (Rezept siehe BROT 05/2018, alternativ eigenes Anstellgut)

▶ 75 g Dinkelmehl 630

▶ 25 g Kakao (Bio)

▶ 10 g Kokosblütenzucker

▶ 100 g Wasser (lauwarm)

Alle Zutaten in einem hohen Glas miteinander vermischen, zugedeckt bei Raumtemperatur sechs bis acht Stunden reifen lassen.

Marvin pflegen

▶ 25 g Schokoladen-Sauerteig Marvin

▶ 75 g Dinkelmehl 630

▶ 25 g Kakao (Bio)

▶ 10 g Kokosblütenzucker

▶ 100 g Wasser (lauwarm)



Schokoladen-Sauerteig-Reste lassen sich prima trocknen und verleihen als Topping nicht nur Backwaren einen angenehm schokoladigen Geschmack.

Cappuccino-Korinthen-Stuten

Rezept & Bild:
Gerda Göttling

Zutaten

- ▶ 350 g Weizenmehl Tipo 0 (alternativ Weizenmehl 405)
- ▶ 150 g Weizenmehl 550
- ▶ 270 g Cappuccino (lauwarm)
- ▶ 100 g Korinthen
- ▶ 85 g Zucker
- ▶ 85 g Butter (kalt)
- ▶ 15 g Orangensaft (frisch gepresst)
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 2,5 g Trockenhefe
- ▶ 1 Ei (Größe M)

Zum Bestreuen

- ▶ 1 Eigelb
- ▶ Hagelzucker
- ▶ Mandelblättchen



Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	weich
Zeit gesamt:	9 Stunden
Zeit am Backtag:	9 Stunden
Backzeit:	40-45 Minuten
Starttemperatur:	200°C
Backtemperatur:	180°C nach 10 Minuten
Schwaden:	nein

Kaffezeit ist immer, ob zum Frühstück oder am Nachmittag. Gerade während der Festtage gehört Kaffee einfach dazu. Bei diesem lecker-fluffigen Cappuccino-Korinthen-Stuten kommt dem belebenden Getränk gleich doppelte Bedeutung zu. Denn er begleitet das Gebäck nicht nur, sondern ist auch eine der Zutaten.

❖ Mehle und Trockenhefe gut mischen. Dann alle anderen Zutaten, bis auf die Butter und die Korinthen, zugeben und 6 Minuten auf langsamer Stufe vermischen.

❖ Währenddessen die kalte Butter in kleine Stücke schneiden und nach Ende der Knetzeit langsam nach und nach zum Teig geben und gleichzeitig für weitere 8 Minuten auf schnellerer Stufe kneten. Der Teig muss sich vom Schüsselrand lösen.

❖ Den Teig abgedeckt für etwa 6 Stunden bei Raumtemperatur zur Gare stellen.

❖ Den Teig auf die gut bemehlte Arbeitsfläche stürzen und zu einem großen Rechteck ziehen. Darauf die Korinthen verteilen und den Teig wieder vorsichtig zusammenfalten.

❖ Zu einem Laib wirken und mit Schluss nach unten in eine gut ausgebutterte Kastenform (30 cm) geben, mit Eigelb bestreichen und dann mit Hagelzucker und Mandelblättchen nach Geschmack dekorieren.

❖ Nach 1 Stunde den Teigling in den auf 200°C vorgeheizten Ofen bei Ober-/Unterhitze geben und sofort fallend auf 180°C 40-45 Minuten lang backen. 🍴



Tipp

Korinthen, in Orangensaft oder Rum eingelegt, sorgen für eine schöne fruchtige Note. Für ein wenig mehr Würze 1 Teelöffel Kardamom in den Teig geben.

Wintertraum-Aufstrich

Cranberries mit ihrem herb-säuerlichen Geschmack sind für viele Menschen ein Hochgenuss. Zudem lassen sie sich einfach verarbeiten – frisch ebenso wie getrocknet. Die frischen Früchte können für den Aufstrich erst in den Herbstmonaten gekauft werden. Da heißt es: schnell zugreifen. Dieser Aufstrich schmeckt nicht nur auf Brot, sondern auch als Topping für Nachspeisen.

❖ Cranberries waschen und in einen Topf geben. Zimtstangen und Sternanis hinzufügen und zusammen mit dem Apfelsaft aufkochen. Für 10 Minuten auf mittlerer Hitze köcheln lassen.

❖ Die Orangen und die Zitronen auspressen und jeweils etwas von der Schale abreiben. Mit den Nelken und dem Gelierzucker vermischen und zu den anderen Zutaten in den Topf geben. Für 4 Minuten sprudelnd kochen.

❖ Dann für die Gelierprobe etwas des Aufstrichs auf einen Teller geben. Die Masse sollte nach dem Abkühlen fest werden beziehungsweise andicken. Wenn das nicht der Fall ist, noch etwas länger kochen und die Gelierprobe wiederholen.

❖ Sternanis und Zimtstangen entfernen oder zusammen mit dem Mus in sterile Gläser füllen und sofort gut verschließen. 🍷

Zutaten

- ▶ 600 g Cranberries (frisch)
- ▶ 400 g Apfelsaft
- ▶ 3 Orangen (Bio)
- ▶ 1 Zitrone (Bio)
- ▶ 2 Zimtstangen
- ▶ 2 Sternanis
- ▶ 1 Messerspitze Nelken (gemahlen)
- ▶ 200 g Gelierzucker 3:1

Rezept & Bild: Gerda Götting



Tipp


Für einen besonders samtigen Aufstrich die gekochten Früchte gut mixen und eventuell durch ein Haarsieb streichen.


Julekake



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

Rezept & Bilder: Valesa Schell

 /groups/785749074867453

 www.brotbackliebeundmehr.com



Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe, Lievito Madre
Teigkonsistenz:	weich
Zeit gesamt:	27 Stunden
Zeit am Backtag:	8,5 Stunden
Backzeit:	45 Minuten
Starttemperatur:	200°C
Backtemperatur:	170°C nach 20 Minuten
Schwaden:	nein

☼ Vorteig, Weizenmehl, Zucker, Hefe, Kardamom, Salz und 80 g Milch auf langsamer Stufe 2 Minuten mischen. Danach auf schnellerer Stufe weitere 15 Minuten kneten. Nach 5 Minuten die Eier einzeln dazugeben und unterkneten. Nach 10 Minuten die Butter in Stücken dazugeben und unterkneten. Nach 12 Minuten die abgetropften Früchte des Quellstücks dazugeben und unterkneten.

☼ Den Teig in eine Schüssel geben und abgedeckt bei Raumtemperatur 4 Stunden gehen lassen. Nach 1 und 2 Stunden jeweils einmal falten.

☼ Im Anschluss den Teig auf eine Backunterlage geben und je nach Kastenform-Größe eventuell in zwei Hälften teilen. Locker langformen und mit dem Schluss nach unten in die gefettete Kastenform setzen. Abgedeckt weitere 3,5 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen.

☼ Den Backofen auf 200°C vorheizen. Nach 20-30 Minuten, wenn der Ofen heiß ist, die Oberfläche des Teigs mit Milch oder Sahne einpinseln und mit Mandeln bestreuen. Danach den Teigling einschneiden und einschließen.

☼ Auf der mittleren Schiene 45 Minuten bei Ober-/Unterhitze backen. Nach 20 Minuten die Temperatur auf 170°C reduzieren. Den Kuchen nach dem Herausholen direkt auf einem Kuchengitter auskühlen lassen. Abgekühlt mit Puderzucker bestäuben. ■



Vorteig Stufe 1

- ▶ 40 g Lievito Madre (alternativ Sauerteig-Anstellgut)
- ▶ 40 g Wasser
- ▶ 80 g Weizenmehl 550 (alternativ Weizenmehl 405)

Wasser und Lievito Madre mischen. Das Mehl einkneten und den Teig 10 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen.

Vorteig Stufe 2

- ▶ Vorteig Stufe 1
- ▶ 40 g Wasser

Das Wasser in den Vorteig kneten und den Teig abgedeckt 8 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen.

Quellstück

- ▶ 50 g Rosinen
- ▶ 50 g Zitronat
- ▶ 50 g Orangeat
- ▶ 50 g Sauerkirschen (getrocknet)
- ▶ 50 g Orangenlikör (alternativ Orangensaft)

Alle Zutaten vermischen und mindestens 2 Stunden ziehen lassen. Sobald der Hauptteig angesetzt wird, die Früchte in ein Sieb geben und abtropfen lassen.

Hauptteig*

- ▶ Vorteig Stufe 2
- ▶ Quellstück
- ▶ 420 g Weizenmehl 550 (alternativ Weizenmehl 405)
- ▶ 150 g Butter
- ▶ 80 g Zucker
- ▶ 80 g Milch
- ▶ 5 g Salz
- ▶ 4 g Kardamom
- ▶ 3 g Frischhefe
- ▶ 3 Eier (Größe M)

Zum Bestreuen

- ▶ 50 g Milch (alternativ Sahne)
- ▶ Mandeln (gehackt)

*Ergibt 1 große (30 cm) oder 2 kleine (19 cm) Kastenformen



Schwäbisches Hutzelbrot



Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	klebrig, weich
Zeit gesamt:	30-35 Stunden
Zeit am Backtag:	3-4 Stunden
Backzeit:	50-60 Minuten (je nach Größe des Laibes)
Starttemperatur:	180°C
Backtemperatur:	180°C
Schwaden:	nein

Tipp

Hutzelbrot sollte, wie Christstollen, schon 2-4 Wochen vor dem Verzehr gebacken werden, damit es gut durchzieht. Da es aber sehr saftig ist, besteht die Gefahr, dass es schimmelt. Deshalb am besten das fertige Gebäck einfrieren und bei Bedarf einen Abend vorher rausholen. Im Kühlschrank auftauen lassen.

Schwäbisches Hutzelbrot, auch Schnitzbrot, Schnitzwecken, Kletzenbrot oder schlicht Früchtebrot genannt, ist ein sehr beliebtes schwäbisches Weihnachtsgebäck. Den Namen hat es von der enthaltenen getrockneten Birne, die auch Hutzel genannt wird. Der Begriff „hutzelig“ bedeutet im Schwäbischen auch „runzelig“ und das passt bestens zum Aussehen getrockneter Birnen.

☼ Etwa 100 g vom Einweichwasser zurückbehalten. Das restliche Einweichwasser leicht (bis maximal 40°C) erwärmen und die Hefe darin auflösen. Dann das Mehl in eine Schüssel geben, eine Mulde hineindrücken und die Hefemischung dazugießen. So etwa 10 Minuten gehen lassen.

☼ Danach den Teig 2-3 Minuten verkneten und für eine halbe Stunde abgedeckt an einem warmen Ort gehen lassen. Im Anschluss mit den Händen das Obst und die übrigen Zutaten unterkneten.

☼ Sollte der Teig zu weich sein, feinfühlig noch etwas mit Mehl bestäuben und vorsichtig untermischen. Wenn er zu fest ist, etwas vom Einweichwasser begeben und untermischen. Ist der Teig zu weich, läuft er beim Backen auseinander, ist er zu fest, wird er nach dem Backen zu trocken. Daher muss man etwas Fingerspitzengefühl aufbringen.



Rezept & Bilder: Bärbel Adelhelm

/Alltagstipps-und-Rezepte-

f einer-schwäbischen-

Allrounderin-990114201022031

Füllung

- ▶ 1.500 g Wasser
- ▶ 250 g Feigen (getrocknet)
- ▶ 200 g Dörrbirnen
- ▶ 200 g Apfelringe (getrocknet)
- ▶ 200 g Pflaumen (getrocknet)
- ▶ 150 g Rosinen
- ▶ 150 g Korinthen
- ▶ 100 g Sultaninen

Birnen und Äpfel über Nacht im Wasser einweichen. Die Früchte müssen komplett vom Wasser bedeckt sein. Am besten man legt etwas Schweres auf das Obst, damit es auch wirklich bedeckt bleibt. Wenn das Obst mit der Wassermenge nicht bedeckt ist, eine kleinere Schüssel probieren. Am nächsten Tag testen, ob das Obst weich ist. Sollte dies nicht der Fall sein, rund 15 Minuten im Einweichwasser köcheln lassen. Danach das restliche Obst dazu geben und einige Stunden in dem Sud ziehen lassen. In ein Sieb schütten, dabei das Einweichwasser auffangen. Die ganzen Früchte grob zerkleinern. Zur Seite stellen.

❖ Ein Backblech mit Backpapier auslegen und beliebig viele Brote aus dem Teig formen. Das geht am besten mit nassen Händen und einem Teigschaber.

❖ Die Brote für 30-60 Minuten abgedeckt an einem warmen Ort gehen lassen. Nach diesem Schritt wird das Backblech zugedeckt für 10-12 Stunden im Kühlschrank gelagert.

❖ Die Teiglinge vor dem Backen 2-3 Stunden akklimatisieren lassen. Den Ofen rechtzeitig auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

❖ Die Laibe mit dem übrigen Einweichwasser einpinseln.

❖ Die Teiglinge 50-60 Minuten backen. Die Brote dürfen zwar dunkel, aber nicht schwarz werden. 15 Minuten vor Backende auf Umluft umstellen. 10 Minuten vor Backende kurz die Backofentür öffnen. 🍴

Hinweis

Die benötigte Wassermenge hängt stark vom verwendeten Trockenobst ab. Ist das Obst noch relativ feucht, benötigt man weniger Flüssigkeit. Es kann daher sinnvoll sein, zunächst etwas weniger Einweichwasser zum Teig zu geben und bei Bedarf nachzuschütten.

Teig

- ▶ Einweichwasser
- ▶ 500 g Weizenmehl 1050
- ▶ 100 g Haselnüsse (gehackt)
- ▶ 100 g Mandeln (gehackt)
- ▶ 60 g Zucker
- ▶ 50 g Walnüsse (gehackt)
- ▶ 30 g Zitronat (optional)
- ▶ 30 g Orangeat (optional)
- ▶ 20 g Frischhefe
- ▶ Salz
- ▶ 2 EL Kirschwasser (alternativ Rum)
- ▶ 1 Päckchen Christstollengewürz
- ▶ ½ Päckchen Lebkuchengewürz

Apfelbrot

Füllung

- ▶ 500 g Äpfel
- ▶ 70 g Zucker
- ▶ 50 g Milch
- ▶ 50 g Sultaninen
- ▶ 40 g Mandelblättchen
- ▶ 30 g Speisestärke (plus 60 g Milch zum Auflösen)
- ▶ 5 g Zimtpulver

Die Äpfel schälen, würfeln und mit dem Zucker, Zimt und den 50 g Milch weichkochen. Zum Schluss die Speisestärke mit den 60 g Milch anrühren und unter die Apfelmasse heben. Masse kaltstellen.

Teig

- ▶ 550 g Weizenmehl 405
- ▶ 200 g Milch
- ▶ 70 g Zucker
- ▶ 60 g Butter (weich)
- ▶ 15 g Frischhefe
- ▶ 3 g Lebkuchengewürz
- ▶ 1 Ei

Zum Bestreuen

- ▶ 30 g Sahne
- ▶ 10 g Mandelblättchen

Schwierigkeitsgrad:



Getreide: Weizen

Triebmittel: Hefe

Teigkonsistenz: bindig

Zeit gesamt: 3 Stunden

Zeit am Backtag: 3 Stunden

Backzeit: 50-60 Minuten

Starttemperatur: 175°C

Backtemperatur: 175°C

Schwaden: nein



Rezept & Bilder:
Tanja Schlund

@schlundisworld

/Schlundis.Blog

schlundis.blogspot.de



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

❁ Für den Teig die Milch und die Butter leicht erwärmen (maximal 40°C) und die Hefe darin auflösen.

❁ Übrige Teigzutaten zugeben und 2 Minuten auf langsamer Stufe verkneten. Weitere 8 Minuten auf schnellerer Stufe auskneten. Der Teig soll sich vom Boden lösen.

❁ Den Teig in eine bemehlte Schüssel geben und abgedeckt bei Raumtemperatur etwa 1 Stunde ruhen lassen.

❁ Den Teig zu einem Rechteck von 30 x 40 cm ausrollen. Mit der Apfelmasse bestreichen, Sultaninen und Mandelblättchen aufstreuen.

❁ Teig von der kurzen Seite aufrollen und die Rolle einmal der Länge nach halbieren. Die beiden Hälften vorsichtig miteinander verdrehen. Anschließend in eine gefettete Kastenform legen. Mit der Sahne bepinseln und die Mandelblättchen aufstreuen.

❁ Das Brot im gut vorgeheizten Backofen auf der mittleren Schiene bei 175°C Ober-/Unterhitze 50-60 Minuten goldgelb backen. 🍪



Sauerteig

- ▶ 90 g Weizenmehl 550
- ▶ 90 g Wasser (warm)
- ▶ 6 g Anstellgut

Die Zutaten gründlich vermischen und 18-20 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur reifen lassen.

Vorteig

- ▶ 145 g Weizenmehl 550
- ▶ 90 g Wasser (Raumtemperatur)
- ▶ 0,1 g Frischhefe (etwa eine reiskorngroße Menge)

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

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Vorteig
- ▶ 265 g Weizenmehl 550
- ▶ 60 g Weizenmehl Tipo 0 (alternativ Weizenmehl 550)
- ▶ 30 g Roggenmehl 1150
- ▶ 210 g Wasser (Raumtemperatur)
- ▶ 15 g Ahornsirup
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 5 g Frischhefe
- ▶ 200-250 g Mozzarella (alternativ Gouda)





Tip

Wenn kein Ahornsirup zur Hand sein sollte, kann man stattdessen auch Honig verwenden.

Silvesterbrot

Rezept & Bilder: Sebastian Krist

 @brotartig

 /brotartig

 www.brotartig.de

Schon optisch ist dieses Brot perfekt als Beilage am Silvester-
Buffet geeignet. Und auch geschmacklich hat es einiges zu
bieten. Die feine Säure des Sauerteigs und der Käse im Inneren
harmonieren perfekt. Das Brot passt sehr gut zum Fondue oder
Raclette, aber auch als Mitternachtssnack zum Jahreswechsel
mit Wunderkerzen bestückt.



☘ Alle Zutaten, bis auf den Käse, 5 Minuten auf langsamer Stufe und weitere 8 Minuten auf schnellerer Stufe kneten. Danach 90 Minuten bei Raumtemperatur zur Gare stellen.

☘ Den Teig auf die bemehlte Arbeitsfläche geben und in zwei Teile teilen (ein Teil 600 g und ein Teil von 400 g). Beide Teile jeweils rundformen und dann zu langen Strängen von je 75 cm beziehungsweise 50 cm formen. Die Teigstränge etwas plattdrücken und genau in die Mitte der Länge nach Käsestücke legen. Dann den hinteren Rand des Strangs nach vorne über den Käse auf den vorderen Rand des Strangs umschlagen und gut festdrücken.

☘ Den Teig ein wenig ausrollen und dann den längeren Strang zu einer 3, den kürzeren zu einer 1 legen. So aneinanderlegen, dass sich die beiden Zahlen berühren. Abgedeckt 15 Minuten bei Raumtemperatur ruhen lassen.

☘ Die 31 leicht mit Mehl bestäuben und mehrfach mit leicht schräg gehaltenem Messer einschneiden.

☘ Das Brot bei 250°C Ober-/Unterhitze in den gut vorgeheizten Ofen geben und unter Schwaden 20-25 Minuten lang backen. Nach 8 Minuten die Ofentür öffnen, den Schwaden ablassen und die Temperatur auf 220°C senken. 🍴



Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen, Roggen
Triebmittel:	Sauerteig, Hefe
Teigkonsistenz:	weich
Zeit gesamt:	22-24 Stunden
Zeit am Backtag:	3 Stunden
Backzeit:	20-25 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	220°C nach 8 Minuten
Schwaden:	beim Einschließen, nach 8 Minuten ablassen

Makuwki

Makuwki, locker übersetzt als Mohnklöße, stammen ursprünglich aus Schlesien und werden traditionell abends vor den Feiertagen zubereitet, damit sie über Nacht schön durchziehen können. Das Ergebnis ist ein leckerer Nachtisch, der sich auch prima zum Verarbeiten von nicht mehr ganz frischem Brot eignet.

Füllung

- ▶ 300 g Rosinen
- ▶ 100 g Cointreau

Die Rosinen in eine flache Form füllen, mit Cointreau übergießen und verschlossen etwa 8 Stunden quellen lassen.

Mohn-Milch

- ▶ 3.000 g Milch (3,8 % Fett)
- ▶ 400 g Mohn (gemahlen)
- ▶ 150 g Zucker
- ▶ 0,5 g Vanille (gemahlen)

Alle Zutaten, bis auf den Mohn, in einem Topf erwärmen. Dann den Mohn hinzugeben und kurz aufkochen lassen.

Brot & Nüsse

- ▶ 2-3 Baguettes
- ▶ 500 g Walnüsse
- ▶ 400 g Mandelplättchen
- ▶ 400 g Haselnüsse

❖ Die Walnüsse und die Haselnüsse bei 175°C Ober-/Unterhitze 10 Minuten und die Mandelplättchen 7 Minuten im Backofen rösten.

❖ Die Baguettes in Scheiben schneiden und den Boden einer Schüssel (etwa 25 x 15 cm) damit auslegen. Dann die Nüsse sowie die eingelegten Rosinen darüberstreuen und mit der warmen Mohnmilch übergießen.

❖ Eine weitere Schicht Baguettescheiben auslegen, Nüsse sowie Rosinen darüberstreuen und wieder mit der Mohn-Milch übergießen. Diesen Schritt wiederholen, bis die Schüssel voll ist. Zwischendurch die Schichten mit einer Kelle leicht eindrücken, damit sich die Baguette-Scheiben gleichmäßig mit der Mohn-Milch vollsaugen können.

❖ Mit der Mohn-Milch nicht geizen, die Baguettes sollen schön saftig werden und auch am nächsten Tag noch bleiben.

❖ Mit ein paar Mandelplättchen dekorieren, mit Frischhaltefolie (besser: Wachspapier, zum Beispiel Bee's Wrap) abdecken und kühl stellen.

❖ Am Ende sollten etwa 500 g von der Mohn-Milch übrigbleiben, damit man bei Bedarf am nächsten Tag noch etwas über die Makuwki gießen kann. 🍴

Tip

Im Kühlschrank halten sich Makuwki 2 bis 3 Tage.



Rezept & Bild:
Margarete Maria Preker
 @imagina_von_rosenberg
 /ImaginaVonRosenberg
 www.brotpassion.de



Mit gutem Gewissen durch die Feiertage

Kopfentscheidung

Die Festtage stehen schon fast vor der Tür. Es soll schön, gemütlich und entspannt werden. Was dafür auf keinen Fall fehlen darf, sind kulinarische Köstlichkeiten. Nur das Beste und Leckerste kommt für die lieben Gäste auf den Tisch. Oft entwickelt sich dabei ein schlechtes Gewissen – zu Unrecht, wie Andreas Loos, Ernährungsberater aus Hamburg, in diesem Artikel erklärt. Denn was und wie viel man isst, ist keine rationale Entscheidung, sondern vor allem eine emotionale. Der Grund dafür ist ein biochemischer Cocktail im Gehirn.





Die appetitlich aufgebauten Speisen und Getränke im Supermarkt triggern das limbische System – schnell wird man zu einem Impulskauf verleitet

Beim Thema Ernährung während der Feiertage geht es – wie so häufig im Leben – darum, inneren Bedürfnissen zu folgen. Gerade beim Feiern steht ja der Spaß am gemeinsamen Erlebnis an erster Stelle. Auch wenn es nicht bedeutet, sich zu jeder feierlichen Gelegenheit purem Hedonismus hinzugeben.

Um zu verstehen, warum das Essen zu festlichen Anlässen immer besonders gut schmeckt, muss man zunächst wissen, dass es bei Menschen drei einflussreiche Bereiche gibt, wenn es um die Nahrungsaufnahme geht: Das limbische System (also unser Belohnungszentrum), den Körper (und seine physiologischen Stoffwechselprozesse sowie Bedürfnisse) und das Mikrobiom (die Darmflora). Es ist daher in der Praxis kaum möglich, nur anhand von Inhaltsstoffen wie Kohlenhydraten, Fett oder Zucker zu entscheiden, welches Essen gut oder gesund ist. Menschen können nicht immer nur rational entscheiden, vielmehr nimmt der Körper Entscheidungen ab, damit der Kopf frei bleibt fürs Wesentliche. Nicht umsonst gibt es den Spruch: Gesund ist, was schmeckt.

Um zu verdeutlichen, wie man unbewusst gesteuert wird, kann man sich eine alltägliche Situation vorstellen. Man geht leicht hungrig in den Supermarkt. Vor der Kasse stellt man fest, dass sich im vollen Einkaufswagen zahlreiche Lebensmittel befinden, die gar nicht auf der Einkaufsliste standen. Das limbische System hat die Einkäufe ganz unterbewusst zu einem Teil mit übernommen.

Die gleichen Vorgänge im Gehirn sind auch dafür verantwortlich, dass man so gerne für eine Feier einkauft. Hier fällt die Auswahl der Lebensmittel leicht, weil der Genuss an allererster Stelle steht. Die „Leitung“ übernehmen die Hormone im Belohnungszentrum. Rationalität gerät in den Hintergrund – und das fühlt sich gut an.

Daher wird man bei Feierlichkeiten im Allgemeinen nur selten mager Kost finden. Denn sie macht vielen nun mal einfach keinen Spaß.

Und das kann tatsächlich wörtlich verstanden werden. Im Stoffwechsel sorgen Fett und Zucker für einen Anstieg von Tryptophan – eine Vorstufe von Serotonin – im Blut. Dieser Stoff kann die Blut-Hirn-Schranke überwinden und sorgt dort für einen Serotoninanstieg, ein Gute-Laune-Feuwerk.

Ist das Feuerwerk einmal gezündet und man schlemmt festlich, wurde man gewissermaßen von seinem limbischen System und den Hormonen überwältigt. Das tut gut und gehört genau in diese festliche Zeit. Die biochemischen Vorgänge, die in solchen Fällen dafür sorgen, dass das Essen so gut schmeckt, sind Teil des Menschseins und können ihren positiven psychologischen Effekt nur entfalten, wenn man ihnen ab und zu einfach mal die Oberhand überlässt.

Hat man sich allzu oft einem kurzfristigen Gelüst hingegeben, regelt der Körper das schon von selbst. Die Stimme des Belohnungszentrums feuert zwar unentwegt. Doch sie auszublenden und zu hören und zu fühlen, was der Körper wirklich benötigt, zeigt der Körper durch bestimmte Signale an. Bauchweh, der berühmte Kater, Völlegefühl oder Unwohlsein sind nur einige von vielen Zeichen des Körpers, dass man vielleicht zu oft auf sein Belohnungssystem gehört hat.





Das klassische Festessen – zum Beispiel zu Weihnachten – ist sicher nicht immer das Gesundeste, doch das limbische System belohnt solche Mahlzeiten mit positiven Gefühlen

Das dritte wichtige System des Körpers in Sachen Ernährung ist das Mikrobiom. 300 Billionen Darmbakterien sollte man regelmäßig Aufmerksamkeit schenken. Der Einfluss des Darms auf das Wohlbefinden und die Gesundheit eines Menschen ist größer, als man zunächst glaubt. Dazu kann man sich das Mikrobiom als inneren Garten vorstellen, der uns mit vielen nützlichen Dingen versorgt. Es lohnt sich daher, diesen auch regelmäßig zu pflegen. Der Mensch bildet als Wirt eine Symbiose mit den kleinen Nützlingen. Macht der Wirt Fehler, zum Beispiel durch erhöhten Zuckerkonsum, kommen andere Mikroorganismen und Pilze zum Zug und verdrängen zum Teil die gelungene Symbiose. Es kann im Darm sogar eine parasitäre Situation entstehen, die das Immunsystem empfindlich stört und im schlimmsten Fall zu Erkrankungen führt.

Doch es gibt Mittel und Wege, diese Symbiose mit den nützlichen Darmbakterien zu schützen und am Leben zu erhalten. Beispielsweise durch die Aufnahme von Ballaststoffen. Diese enthalten wasserunlösliche und wasserlösliche Pflanzenstützgewebe. Sie werden von den Darmbakterien verzehrt und zum Dank schütten diese unter anderem kurzkettige Fettsäuren aus, die wichtige Regulatoren für einen gesunden Stoffwechsel bilden.

Trotz allen Wissens und aller Empfehlungen wird man im Alltag immer wieder feststellen, dass das Belohnungszentrum großen Einfluss auf das Essverhalten hat. Während man sich in Gesellschaft und bei Feierlichkeiten gerne mal diesem Hormoncocktail des limbischen Systems hingeben darf, sollte man im Alltag eher auf die Bedürfnisse des Kör-

pers hören. Dafür kann es hilfreich sein, sich vorzustellen, dass Belohnungssystem, Körper und Mikrobiom jeweils eine Stimme erhalten, auf die man zu gegebener Zeit hören sollte.

Aus ernährungstherapeutischer Sicht geht es daher auch viel mehr um eine ausgewogene Balance zwischen lebensnotwendigen Nährstoffen aus dem reichhaltigen Nahrungsangebot und dem gelegentlichen Einlassen auf darüber stehende „Gelüste“ nach Essen. Limbisches System, Körper und Mikrobiom sollten regelmäßig „zu Wort“ kommen, aber es sollte eben keiner der drei bevorzugt werden oder zu kurz kommen.


Ein weiterer Faktor, der die rationalen Entscheidungen bei der Nahrungsaufnahme beeinflusst, ist das Wissen über Nährstoffe, die unser Körper braucht. Durch das Internet hören gerade jüngere Menschen dabei oft auf die Personen, die die Masse am ehesten erreichen. Auch Webseiten, die vermeintlich spektakuläre Neuheiten aus der Wissenschaft in nicht immer richtigen Zusammenhängen verbreiten, dienen leider oft als (Fehl-)

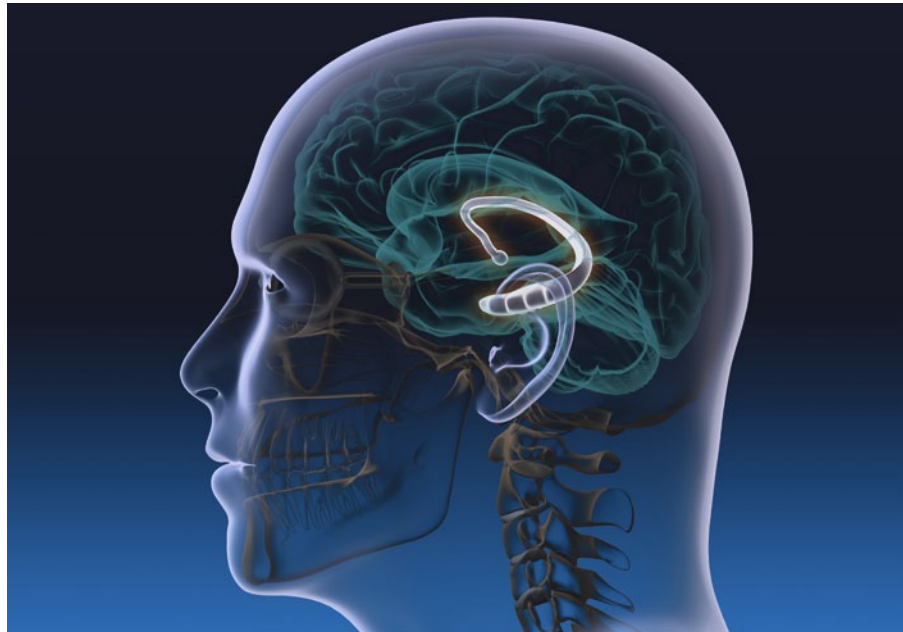
Informationsquelle. Alles zusammen sorgt in vielen Fällen dafür, dass sich falsche Fakten über Ernährung schnell verbreiten.

Denn in Wirklichkeit ist es vor wissenschaftlichem Hintergrund für Experten schwer, den idealen Bedarf an Nährstoffen für den Menschen unserer Zeit zu ermitteln. Auf regelmäßigen Konferenzen von Ernährungsmedizinern und Ernährungswissenschaftlern werden die Details von Referenzwerten für die Nährstoffzufuhr besprochen und Empfehlungen für Verbraucher neu ausgerichtet. Nach neuesten Erkenntnissen ist eine Kost aus reichlich pflanzlichen Anteilen empfehlenswert, die Vitamine, Mineralien, Spurenelemente und sekundäre Pflanzenstoffe enthalten. Ein gutes Vorbild für eine abwechslungsreiche Nährstoffversorgung bietet das Essen aus mediterranen Regionen. Im deutschsprachigen Raum wird häufig die sogenannte ovo-lacto-vegetabile Ernährung empfohlen (vegetarisch mit einigen tierischen Produkten).

Es lässt sich also festhalten, dass der Einfluss des menschlichen Belohnungssystems in vielen Situationen stärker wirkt als das Wissen über gesunde Ernährung. Schließlich wird man für seine Entscheidung direkt mit einem positiven Gefühl belohnt, während sich körperliche Effekte erst mittelfristig und Veränderungen im Mikrobiom eher längerfristig zeigen. Beim Feiern ist es daher durchaus in Ordnung, die Lust am Essen in den Vordergrund zu stellen. Man sollte das Fest genießen. Ausgewogenheit ist bei der Ernährung alles. Einseitiges Essen kann immer in irgendeiner Form für Probleme sorgen.

Vor diesem Hintergrund kann sich jeder vorstellen, in welchem Dilemma ein Ernährungstherapeut steckt. Die Mechanismen im menschlichen Körper sind viel zu komplex, als dass es den einen gesunden, richtigen Weg gibt. Es geht vielmehr um einen Mittelweg, bei dem menschliche Bedürfnisse, machbare und individuelle Ernährungsempfehlungen und natürlich das Wissen über Symbiose in einem komplexen empfindlichen Organismus berücksichtigt werden. 🌱

Text: Andreas Loos
 www.andreas-loos.de



Das limbische System sitzt im Gehirn. Es ist unter anderem für Belohnungen – zum Beispiel beim Kauf oder Konsum von Essen mit viel Zucker und Fett – zuständig



Das Essen aus der mediterranen Küche ist ein gutes Vorbild für eine abwechslungsreiche Nährstoffversorgung

Stollenbrötchen

Schwierigkeitsgrad:	★★★
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Lievito Madre, Hefe
Teigkonsistenz:	mittelfest, leicht klebrig, homogen
Zeit gesamt:	25-29 Stunden
Zeit am Backtag:	1,5 Stunden
Backzeit:	20 Minuten
Starttemperatur:	220°C
Backtemperatur:	220°C
Schwaden:	nein

Diese Brötchen sind die perfekte Symbiose aus süßlich-weichem Milchbrötchen und mürbem Stollen. Dabei balanciert das Rezept beide Eigenschaften perfekt aus. So entsteht dezenter Stollencharakter in einem „vertrauten“ Frühstücksbrötchen – und dazu noch eine spannende Alternative am Weihnachtsfrühstückstisch.

Lievito Madre

- ▶ 75 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 40 g Milch (Raumtemperatur)
- ▶ 60 g Lievito Madre (alternativ Anstellgut)

Die Zutaten verkneten und 2 Stunden bei Raumtemperatur und danach weitere 10-12 Stunden im Kühlschrank reifen lassen.

Gewürzbutter

- ▶ 60 g Butter (weich)
- ▶ 50 g Mandeln (gemahlen)
- ▶ 3,5 g Stollengewürz
- ▶ 15 g Honig
- ▶ ½ Zitrone
- ▶ ½ Vanilleschote


Etwas Schale von der Zitrone abreiben, das Mark aus der halben Vanilleschote kratzen, zusammen mit den anderen Zutaten verkneten und 4-12 Stunden im Kühlschrank lagern. Wichtig: Die Butter eine Stunde vor Ansetzen des Hauptteiges aus dem Kühlschrank holen.





Tipp

Wer keine Lievito Madre hat, kann alternativ 90 g Weizenmehl Vollkorn, 90 g Joghurt sowie 1 g Frischhefe vermischen und 12 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

Rezept & Bild:
Ben Bembnista

 @brotpoet

 /brotpoet

 www.brotpoet.de

❖ Die Zutaten für den Hauptteig (außer Gewürzbutter und Früchte-Quellstück) auf kleinster Stufe etwa 7 Minuten mischen und weitere 5 Minuten auf schneller Stufe zu einem festen und bindigen Teig verkneten.

❖ Die Butter hinzufügen, auf schnellerer Stufe etwa 5 Minuten einkneten und anschließend das Früchte-Quellstück inklusive Restflüssigkeit etwa 2 Minuten einkneten oder von Hand einarbeiten. Der Teig sollte nun eher mittelfest, ganz leicht klebrig und homogen sein.

❖ Den Teig abgedeckt etwa 60 Minuten anspringen und dann für 10-12 Stunden im Kühlschrank reifen lassen.

❖ Den kühl-schrankkalten Teig auf die bemehlte Arbeitsfläche geben und acht Teiglinge abstechen. Nach Belieben rundschleifen oder länglich aufarbeiten, auf ein Backpapier setzen und abgedeckt 60 Minuten gehen lassen.

❖ Im Anschluss die Brötchen einschneiden, bei 220°C Ober-/Unterhitze einschließen und etwa 20 Minuten backen. ■



Mehlkochstück

- ▶ 15 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 75 g Milch
- ▶ 7 g Salz

Die Zutaten unter Rühren aufkochen, bis eine puddingartige Masse entsteht. Dann abdecken und 4-12 Stunden abkühlen lassen.

Früchte-Quellstück

- ▶ 60 g Cranberries (getrocknet)
- ▶ 30 g Orangeat
- ▶ 20 g Zitronat
- ▶ 30 g Traubensaft (Raumtemperatur)

Die Früchte mit dem Saft übergießen, verrühren und abgedeckt 4-12 Stunden quellen lassen.

Vorteig

- ▶ 50 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 50 g Milch
- ▶ 5 g Frischhefe

Die Zutaten verrühren und abgedeckt 1 Stunde bei Raumtemperatur anspringen lassen.

Hauptteig*

- ▶ Lievito Madre
- ▶ Mehlkochstück
- ▶ Gewürzbutter
- ▶ Früchte-Quellstück
- ▶ Vorteig
- ▶ 235 g Weizenmehl 550
- ▶ 60-80 g Milch

*Ergibt 8 Brötchen

Mailänder Kuchenspezialität

Einsteigerkurs
Panettone

Der Panettone ist ein traditioneller italienischer Weihnachtskuchen. Er wird nur mit Weizensauerteig ohne Hefe hergestellt. In einer Papiermanschette, die ihm seine Form gibt. In der Regel enthält er kandierte oder getrocknete Früchte. In Italien wird er mit süßen Heißgetränken oder süßem Wein serviert. Heute bekommt man leider oft nur noch Panettone zu kaufen, der mit Hefe hergestellt wird. Das geht zu Lasten von Aroma und Textur. Nicht so bei diesem klassischen Rezept.





bekommt man diese Flaumigkeit nicht hin.

Das hört sich alles kompliziert an, ist aber eigentlich ganz einfach. Zur besseren Übersicht enthält dieses Rezept einen Ablaufplan, der beim richtigen Timing hilft. Wer sich an den Panettone wagt,

wird mit einem unvergleichlichen Geschmackserlebnis belohnt. Wer die Möglichkeit hat, sollte alle Teige warm gehen lassen, zum Beispiel in einer Gärbox, im Backofen bei eingeschaltetem Licht oder auf der Heizung – das gibt dem Teig noch mehr Aroma.

☼ Das Quellstück in ein Sieb schütten und überschüssige Flüssigkeit abtropfen lassen.

☼ Den Vorteig mit Mehl, Milch, Zucker, Salz und der Orangenschale auf langsamer Stufe 8 Minuten verkneten. Nach 6 und 8 Minuten jeweils ein Eigelb dazugeben. Die Butter in Stücken in den Topf geben und weitere 10 Minuten auf schnellerer Stufe unterkneten, bis sich der Teig vom Rand löst.

Panettone ist, wie der Christstollen, lange haltbar. Er wird mit jeder Woche besser, die er gut verpackt – entweder in Folie oder in großen Blechdosen – verbringt. Um richtig guten Panettone hinzubekommen, gibt es unter erfahrenen Bäckern bestimmte Vorgaben. Der Teig sollte kleberstarkes Mehl, mehrfach aufgefrischten Weizensauerteig, viel Butter und Eigelb enthalten. Man macht mit dem reifen Weizensauerteig einen Vorteig, der bereits die Hälfte der Eier, die Hälfte der Butter und die Hälfte des Zuckers enthält. Vorteig und Hauptteig müssen lange und warm gehen, damit das fertige Produkt nachher die typisch flaumige Krume bekommt. Wichtigster Faktor dafür ist kleberstarkes Weizenmehl – mit einfachem Weizenmehl 550

Sauerteig Stufe 1

- ▶ 20 g Weizenmehl Tipo 0 (alternativ Manitobamehl oder backstarkes Weizenmehl)
- ▶ 25 g Wasser
- ▶ 25 g Weizen-Anstellgut

Alle Zutaten vermischen und 6 Stunden bei 27-29°C gehen lassen (alternativ 12 Stunden bei Raumtemperatur).



Sauerteig Stufe 2

- ▶ Sauerteig Stufe 1
- ▶ 20 g Weizenmehl Tipo 0
- ▶ 20 g Wasser

Nochmals Wasser und Mehl zum ersten Ansatz geben, vermischen und weitere 6 Stunden bei 27-29°C (alternativ 12 Stunden bei Raumtemperatur) gehen lassen.

Vorteig

- ▶ Sauerteig Stufe 2
- ▶ 200 g Weizenmehl Tipo 0 (alternativ Manitobamehl oder backstarkes Weizenmehl)
- ▶ 120 g Wasser
- ▶ 100 g Butter (Raumtemperatur)
- ▶ 75 g Zucker
- ▶ 20 g Honig
- ▶ 2 Eigelb

Das Mehl mit dem Wasser, Weizensauerteig, Zucker und Honig in den Topf geben und 5 Minuten langsam verkneten. Dann die Eigelb dazugeben und weitere 5 Minuten langsam verkneten. Zum Schluss die Butter in Stücken zufügen und weitere 5 Minuten auf schnellerer Stufe kneten. Den Teig 6 Stunden bei 27-29°C (alternativ 12 Stunden bei Raumtemperatur) gehen lassen.

Ablaufplan

Bei warmer Führung ist es am besten, nachmittags anzufangen, abends die zweite Fütterung vom Sauerteig zu machen und diesen 8 Stunden bei 26°C gehen zu lassen. Dann geht es morgens mit dem Quellstück und Vorteig weiter – 6 Stunden später kann der Hauptteig angesetzt und abends gebacken werden.

Schritt 1: Weizensauerteig ansetzen und 6 Stunden bei 27-29°C (alternativ 12 Stunden bei Raumtemperatur) gehen lassen. Nach 6 Stunden (beziehungsweise 12 Stunden) nochmal füttern und wieder 6 Stunden (beziehungsweise 12 Stunden) gehen lassen.

Schritt 2: Vorteig ansetzen und 6 Stunden bei 27-29°C (alternativ 12 Stunden bei Raumtemperatur) gehen lassen.

Schritt 3: Quellstück ansetzen und 3-12 Stunden quellen lassen.

Schritt 4: Hauptteig ansetzen und 1 Stunde Stockgare bei 27-29°C (alternativ 2 Stunden bei Raumtemperatur) und 4 Stunden Stückgare bei 27-29°C (alternativ 8 Stunden bei Raumtemperatur) einhalten.



Die Teiglinge lassen sich am besten auf einer geölten Unterlage bearbeiten

Quellstück

- ▶ 25 g Orangeat
- ▶ 25 g Zitronat
- ▶ 50 g Haselnüsse (geröstet)
- ▶ 30 g Pistazien
- ▶ 70 g Rosinen (alternativ Korinthen)
- ▶ 50 g Nusslikör (alternativ Amaretto)
- ▶ 50 g Orangensaft (frisch gepresst)

Orangeat, Zitronat, Rosinen und Nüsse mit Orangensaft und Nusslikör verrühren und für mindestens 3-4 Stunden abgedeckt quellen lassen. Die Zutaten können auch über Nacht stehen bleiben.

Hauptteig*

- ▶ Vorteig
- ▶ Quellstück
- ▶ 400 g Weizenmehl Tipo 0 (alternativ Manitobamehl oder backstarkes Weizenmehl)
- ▶ 100 g Milch
- ▶ 100 g Butter
- ▶ 75 g Zucker
- ▶ 2 g Salz
- ▶ 3 g Orangenschale (frisch gerieben)
- ▶ 2 Eigelb

Zum Bestreuen

- ▶ Sahne
- ▶ Mandeln (gehackt)

*Ergibt 3 Panettone



Nachdem die Teiglinge ein paar mal gefaltet wurden, werden sie zunächst zusammengelegt, ...



... danach rundgeformt ...



... und schließlich in die Panettoneformen gelegt

- ✿ Das Quellstück zum Teig geben und weitere 3-5 Minuten auf langsamer Stufe unterkneten, bis sich der Teig wieder von der Schüssel löst.
- ✿ Den Teig 1 Stunde bei 27-29°C (alternativ 2 Stunden bei Raumtemperatur) abgedeckt gehen lassen.
- ✿ Die Panettoneformen vorbereiten, indem man mit einem Spieß ganz unten, parallel zum Boden der Form, Löcher von außen reinpiekst. So kann man die Spieße nach dem Backen leichter durchstechen.
- ✿ Die Arbeitsfläche dünn einölen. Den Teig in 3 gleichgroße Teile teilen (jeweils etwa 570 g). Jeden Teigling mehrmals auf der Arbeitsfläche falten, dann rundformen und in die Panettoneformen geben.
- ✿ 4 Stunden bei 27-29°C (alternativ 8 Stunden bei Raumtemperatur) gehen lassen. In die Gärbox kann man die Teiglinge einfach so stellen, auf der Heizung oder im Backofen sollte man sie abdecken.
- ✿ Den Backofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Teiglinge mit Sahne einpinseln und mit gehackten Mandeln bestreuen. Mit einer Schere in der Mitte über Kreuz einschneiden.

✿ Auf der untersten Schiene 50-60 Minuten backen. Nach 30-40 Minuten abdecken.

✿ Die Panettone herausholen, Stäbchen (zum Beispiel Schaschlikspieße) vorsichtig durch die vorbereiteten Löcher stechen und umgedreht aufhängen, bis sie abgekühlt sind. 🍴

Rezept & Bilder: Valesa Schell

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

www.brotbackliebeundmehr.com

Schwierigkeitsgrad: ★★★

Getreide: Weizen

Triebmittel: Sauerteig

Teigkonsistenz: weich

Zeit gesamt: 25-48 Stunden

Zeit am Backtag: 6,5-11,5 Stunden

Backzeit: 50-60 Minuten

Starttemperatur: 180°C

Backtemperatur: 180°C

Schwaden: nein



Orangen-Grittibänz



Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	mittelfest
Zeit gesamt:	18-25 Stunden
Zeit am Backtag:	3 Stunden
Backzeit:	20-22 Minuten
Starttemperatur:	210°C
Backtemperatur:	190°C
Schwaden:	nein

Für die kleinen Männchen gibt es viele Namen. So werden sie zum Beispiel in der Schweiz oft Grittibänz genannt, in Deutschland kennt man sie als Stutenkerle. Durch die Zugabe von Orangensaft, Orangenabrieb und eine lange, kalte Gare bekommt der Hefeteig ein gutes Aroma.

☘ Die Butter in kleine Stückchen schneiden. Alle Zutaten außer der Butter 3 Minuten langsam und 4 Minuten schnell verkneten. Die kalte Butter dazugeben und weitere 4 Minuten verkneten.

☘ Den Teig abgedeckt 3 Stunden gehen lassen. Nach 1 Stunde dehnen und falten. Danach den Teig abgedeckt für 12-19 Stunden in den Kühlschrank stellen.

☘ Am Backtag den Teig 1 Stunde akklimatisieren lassen. Den Teig in sechs Teile von jeweils 150 Gramm Gewicht teilen, rund schleifen, kurz entspannen lassen und die Grittibänze formen. Die Sultaninen-Augen werden jetzt schon in den Teig gedrückt.

☘ Die geformten Grittibänze auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech 1 Stunde gehen lassen. In der Zwischenzeit den Ofen auf 210°C Ober-/Unterhitze vorheizen und die Grittibänz mit verquirltem Ei einstreichen.

☘ Vor dem Einschieben nochmal mit Ei einstreichen, mit der Schere die Nase einschneiden und je nach Wunsch noch mit Hagelzucker oder Mandelblättchen dekorieren.

☘ Beim Einschließen die Temperatur auf 190°C reduzieren und 20-22 Minuten backen. 🍷

Zutaten*

- ▶ 500 g Weizenmehl 550
- ▶ 160 g Milch (3,5 % Fett, lauwarm)
- ▶ 60 g Orangensaft (frisch gepresst)
- ▶ 10 g Orangenschale (frisch abgerieben)
- ▶ 1 Ei
- ▶ 60 g Zucker
- ▶ 5 g Salz
- ▶ 4 g Frischhefe
- ▶ 80 g Butter (kalt)

Zum Bestreuen

- ▶ 1 Ei
- ▶ Deko nach Geschmack (zum Beispiel Sultaninen, Hagelzucker oder Mandelblättchen)

*Ergibt 6 Stück

Rezept & Bilder: Nadja Alessi

📷 @little_kitchen_and_more





Dreikönigskuchen


Der Dreikönigskuchen ist ein traditionelles Festtagsgebäck, das zum 6. Januar, zum Festtag der Heiligen Drei Könige gebacken wird. Es handelt sich um ein süßes Hefengebäck, das gebacken aussieht wie eine Krone. In einer der Randkugeln wird eine Schokokugel, Mandel oder gar ein Geldstück mit eingebacken. Wer es findet, wird für einen Tag zum König ernannt.



Rezept & Bilder:
Tanja Schlund

 [schlundisworld](#)

 [/Schlundis.Blog](#)

 www.schlundis.com



☘ Milch und Butter erwärmen und die Hefe darin auflösen. Dabei aufpassen, dass die Temperatur nicht über 40°C steigt.

☘ Übrige Hauptteigzutaten – außer die Schokomandel – zugeben und 2 Minuten auf langsamer Stufe verkneten. Weitere 8 Minuten auf schnellerer Geschwindigkeit auskneten. Der Teig soll sich vom Boden lösen.

☘ Den Teig abgedeckt bei Raumtemperatur etwa 1 Stunde ruhen lassen.

☘ Den Teig einmal kräftig durchkneten, sechs Stücke zu je 100 g abstechen und rundformen. In einer der Kugeln die Schokomandel verstecken. Aus dem Rest des Teigs eine große Kugel formen.

☘ Die große Kugel auf Backblech legen und die kleineren außen herum anordnen. Den Teig mit dem verquirlten Ei und Sahne bestreichen und mit den Mandelblättchen bestreuen.

☘ Den Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen. In der Zeit den Kuchen noch einmal bei Raumtemperatur 30 Minuten ruhen lassen.

☘ Den Kuchen auf der mittleren Schiene 30-35 Minuten goldgelb backen. ■

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	bindig
Zeit gesamt:	2-2,5 Stunden
Zeit am Backtag:	2-2,5 Stunden
Backzeit:	30-35 Minuten
Starttemperatur:	200°C
Backtemperatur:	200°C
Schwaden:	nein

Zutaten

- ▶ 500 g Weizenmehl 405
- ▶ 260 g Milch
- ▶ 100 g Sultaninen
- ▶ 60 g Butter
- ▶ 40 g Zucker
- ▶ 15 g Frischhefe
- ▶ 5 g Salz
- ▶ 1 Ei
- ▶ 1 Schokomandel

Zum Bestreuen

- ▶ 1 Ei
- ▶ 20 g Sahne
- ▶ 50 g gehobelte Mandeln

Tipp
Der Stollen ist kühl, trocken und lichtgeschützt mehrere Monate haltbar.

Schwierigkeitsgrad:	★★★
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	bindig, leicht klebrig
Zeit gesamt:	14 Stunden
Zeit am Backtag:	2 Stunden
Backzeit:	45 Minuten
Starttemperatur:	170°C
Backtemperatur:	170°C
Schwaden:	nein



Weihnachtsstollen

Der Weihnachts- oder auch Christstollen ist ein traditionelles Weihnachtsgebäck und soll mit seiner Form sowie der weißen Farbe ein in Windeln liegendes Jesuskind darstellen. Bei dieser klassischen Variante sorgen Früchte und Mandeln für das unverwechselbare Aroma.

Dieses Rezept stammt aus dem Buch „Wildbakers on Tour“ von Johannes Hirth und Jörg Schmid. Es ist im Gräfe und Unzer Verlag erschienen und hat 192 Seiten mit zahlreichen farbigen Abbildungen. Eine Vorstellung des Buches findest Du in der Rubrik „Inspiration – Literatur rund ums Backen: Bücher und Blogs“ in diesem Heft.



- ✿ Für den Hauptteig zunächst etwas Schale der Zitrone abreiben und zusammen mit den anderen Zutaten, bis auf Mehl, Früchtemischung, Mandelmischung und Vorteig, kurz auf langsamer Stufe vermischen.
- ✿ Dann das Mehl und den Vorteig dazugeben und zuerst 2 Minuten auf langsamer Stufe vermischen, dann 3 Minuten auf schneller Stufe verkneten. Abgedeckt bei Raumtemperatur 15 Minuten ruhen lassen.
- ✿ Anschließend Früchte- und Mandelmischung ebenfalls langsam mit unterkneten und alles nochmals 10 Minuten ruhen lassen.
- ✿ Dann den Teig länglich formen und auf ein Küchentuch legen. Kurz ruhen lassen.
- ✿ Mit dem Schluss nach oben auf die Arbeitsfläche legen und mit dem Rollholz zweimal längs eindrücken. Dann den oberen Teil zur Mitte umklappen und mit dem Rollholz festdrücken, sodass eine typische Stollenform entsteht.
- ✿ Den Stollen erneut 15 Minuten ruhen lassen. Inzwischen den Backofen auf 170°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- ✿ Nach der Teigruhe den Stollen auf einem mit Backpapier belegten Backblech in den heißen Ofen schieben und 45 Minuten backen. Falls er zu schnell bräunt, in den letzten 10 Minuten mit Backpapier abdecken.
- ✿ Den Stollen aus dem Ofen nehmen und 10 Minuten abkühlen lassen. Währenddessen das Butterschmalz zerlassen und nach der Abkühlzeit den Stollen damit bestreichen und anschließend in einer Zucker-Vanillezucker-Mischung wälzen.
- ✿ Nach dem Abkühlen mit Puderzucker bestäuben. 🍪

Mandelmischung

- ▶ 100 g Mandeln (gehackt)
- ▶ 30 g Milch

Die Mandeln in einer Schüssel mit der Milch übergießen und 20-30 Minuten ziehen lassen. Danach in einem Sieb abgießen und abtropfen lassen. ✦

Früchtemischung

- ▶ 150 g Rosinen
- ▶ 80 g Zitronat (gewürfelt)
- ▶ 60 g Orangeat (gewürfelt)
- ▶ 40 g Rum

Die Trockenfrüchte mit dem Rum in einer Schüssel mischen und abgedeckt mindestens 12 Stunden, am besten über Nacht, ziehen lassen. ✦

Vorteig

- ▶ 170 g Weizenmehl 405
- ▶ 20 g Frischhefe
- ▶ 100 g Milch

Für den Vorteig alle Zutaten zuerst 2 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann 3 Minuten auf schnellerer Stufe kneten. Anschließend abgedeckt bei Raumtemperatur 30 Minuten ruhen lassen.

Hauptteig

- ▶ Früchtemischung
- ▶ Mandelmischung
- ▶ Vorteig
- ▶ 170 g Weizenmehl 405
- ▶ 170 g Süßrahmbutter (weich)
- ▶ 30 g Zucker
- ▶ 10 g Bittermandel (gemahlen)
- ▶ 3 g Salz
- ▶ 1 Eigelb
- ▶ ½ Zitrone
- ▶ Stollengewürz

Zum Bestreuen

- ▶ 30 g Butterschmalz
- ▶ 100 g Zucker
- ▶ 8 g Vanillezucker
- ▶ Puderzucker

Das 2 für 1-Schnupper-Abo

SPEISEKAMMER

▪ Darum geht es in SPEISEKAMMER

Ob eingekocht, eingemacht, eingelegt, fermentiert, gedörrt, gepökelt oder geräuchert – haltbar und lecker soll es sein. SPEISEKAMMER richtet sich an alle Foodbegeisterten, die auf Qualität achten und wissen möchten, woraus ihr Essen besteht. Die möglichst wenig fertige Lebensmittel kaufen und Freude am Selbermachen haben. Und die auch dann nicht auf Fertigware zurückgreifen wollen, wenn es einmal schnell gehen muss. Dafür liefert SPEISEKAMMER die nötigen Rezepte, zeigt wie es geht und wie man auch mit einfachen Mitteln tolle Produkte herstellt.

▪ Ihre Abo-Vorteile

Bestellen Sie jetzt das Schnupper-Abo von SPEISEKAMMER und erhalten 2 Ausgaben des Magazins zum Preis von einer. Sie zahlen also nur 5,90 statt 11,80 Euro. Und Sie erhalten nicht nur die 2 Ausgaben frei Haus, auch das Digitalmagazin ist inklusive. Bestellen Sie jetzt unter www.speisekammer-magazin.de oder rufen Sie an: 040/42 91 77-110

▪ Unser Versprechen

Bei uns gibt es keine Abo-Fallen. Möchten Sie das Magazin nicht weiterbeziehen, sagen Sie einfach bis eine Woche nach Erhalt der 2. Ausgabe mit einer kurzen Notiz ab – formlose E-Mail oder Anruf genügt. Andernfalls erhalten Sie SPEISEKAMMER im Jahresabonnement zum Vorzugspreis von 22,00 Euro (statt 23,60 bei Einzelbezug). Das Jahresabonnement verlängert sich jeweils um ein weiteres Jahr. Bei uns können Sie aber jederzeit kündigen, das Geld für bereits bezahlte, jedoch noch nicht erhaltene Ausgaben erhalten Sie dann zurück.

Digital erhältlich in der App
des Schwestermagazins BROT



IHRE VORTEILE IM ÜBERBLICK

- 5,90 sparen
- Keine Versandkosten
- Vor Kiosk-Veröffentlichung im Briefkasten
- Digitalmagazin inklusive



SPEISEKAMMER

HALTBAR & LECKER

SPEISEKAMMER

Neu
30 Rezepte
einfach &
kreativ

Die Pilze sprießen
Jetzt Vorräte anlegen

Schrecklich lecker
Hol das Beste
aus dem Kürbis

Aufs Brot
Süße und herzhaft
Aufstriche

Basis für jede Küche
Kräuter,
Gewürze
& Co.

Köstliches Kraut

Schnell gemacht, lange genossen:
Ideen für die Kohlsaison

€5,90

03/2019, 5,90 EUR
11,60 sFR, BeNeLux: 6,90 Euro
speisekammer-magazin.de

Belagen
für das ganze Jahr

LECKER

SPEISEKAMMER

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

Vorrat

Jetzt bestellen!

www.speisekammer-magazin.de

040 / 42 91 77-110

Inspiration

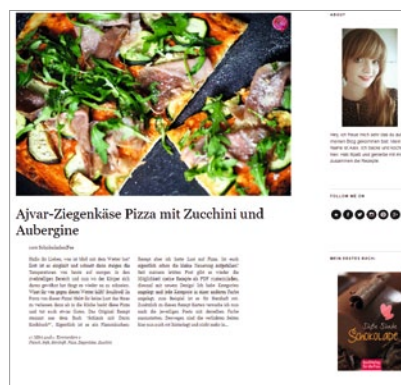
Dem Thema Brot kann man sich von vielen Seiten nähern: kulinarisch, technisch, wirtschaftlich, künstlerisch. Hier eine Auswahl von Dingen, die in letzter Zeit unsere Aufmerksamkeit erregt haben.

Mirko Reeh
Handkäse Deluxe 3
112 Seiten
978-3-74946-454-8
€ 12,-

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



Im Foodblog SchokoladenFee schreibt Alexandra Werner über leckere Rezepte, die sie im Alltag ausprobiert, selbst kreiert oder weiterentwickelt. Die Ergebnisse können sich sehen lassen und passen nicht nur zur Weihnachtszeit. Unzählige Rezepte für Kuchen, Torten, süßes Gebäck aber auch Brot und Herzhaftes finden sich auf dem liebevoll gestalteten Blog der 28-jährigen.



www.schokoladenfee.net



www.brot-magazin.de/einkaufen

So richtig gut wird Brot erst mit dem passenden Belag. Passend zum Brot, passend zur Stimmung, passend zur Jahreszeit. Kreative BROTZeit ist ein Sonderheft der Zeitschrift BROT und vollgestopft mit einfachen wie kreativen Rezepten für Leckerer aufs Brot. Süß oder würzig, einfach oder raffiniert – hier findet sich immer ein Aufstrich, der passt. Zudem erleichtern farbige Symbole die Orientierung. Sie verraten auf einen Blick, ob die Zutaten leicht erhältlich oder exklusiver sind, ob der Zeitaufwand niedrig oder hoch ist und wie anspruchsvoll das jeweilige Rezept in seiner Umsetzung ist. Wer gutes Brot liebt, findet hier die geschmackliche Vollendung. Und wer gerade kein gutes Brot zur Hand hat, kann es mit den Rezepten aus Kreative BROTZeit bestens aufwerten.

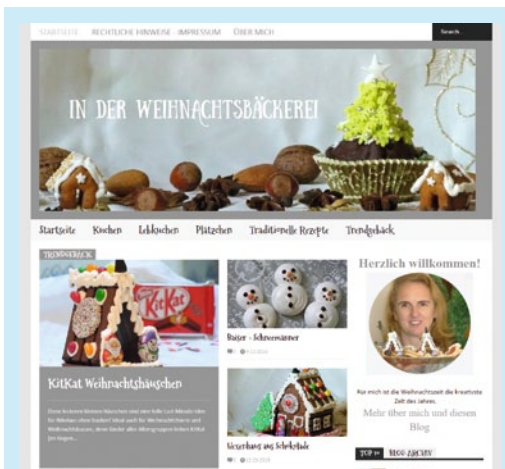




Wer zugleich in die kulinarische, musikalische und auch stimmungsvolle Welt der Weihnacht eintauchen möchte, ist bei dem Buch „Weihnachten – Rezepte für die schönste Zeit des Jahres“ von Theresa Baumgärtner bestens aufgehoben. Sie durchreist Edinburgh, den Schwarzwald und das Hazelnut House in Luxemburg. Dabei nimmt sie die Leserinnen und Leser mit zu den Spezialitäten der einzelnen Regionen, den Traditionen und Bräuchen. Vom knusprigen Gänsebraten über feine Desserts und Plätzchen bis hin zu Rezepten für das Weihnachtsfrühstück ist alles in dem Kochbuch zu finden, was das Weihnachtsfest kulinarisch verfeinert. Eine besonders schöne Geste: dem Buch beigelegt ist ein Bogen Geschenkpapier und auf Spotify steht eine stimmungsvolle Weihnachts-Playlist bereit.

Theresa Baumgärtner
Weihnachten – Rezepte für die schönste Zeit des Jahres
 240 Seiten
 978-3-7106-0332-7
 € 30,-

www.brandstaetterverlag.com



Als Tochter eines Bäckermeisters ist Bloggerin Wera van Dillen wohl irgendwie ein Back-Gen mit in die Wiege gelegt worden. Denn auch, wenn sie beruflich nichts damit zu tun hat, ist Backen doch zu einem echten Hobby geworden. Bereits einige kleinere Preise konnte sie mit ihren Rezepten einheimsen. Zu finden sind auf dem Blog klassische weihnachtliche Keks- und Kuchenrezepte, kreative Ideen und außergewöhnliche Anleitungen für allerlei Leckereien.

www.weihnachtsbaeckerei.net


Die Brotexperten Michael Kleinert und Bernd Kütscher geben in ihrem ersten gemeinsamen Buch „Die Sprache des Brotes“ Tipps, die dabei helfen, Brotqualität zu erkennen und sie von der Krume über die Kruste, vom Geruch bis zum Geschmack zu beschreiben. Ergänzt durch Informationen zu Foodpairing, Signature-Brotten und zur Bedeutung des Brotes für die Menschheit, haben Leserinnen und Leser hier die Möglichkeit, Schritt für Schritt mehr Verständnis für das Kulturgut Brot zu entwickeln. Man lernt zudem, welche Weine, Biere, Käse und andere Lebensmittel zu den einzelnen Brotsorten passen. Dazu kommt ein Schatz von 500 Brotnamen aus dem Deutschen Brotregister. Ein Buch nicht nur für Profis, sondern auch für alle, die sich aus einer persönlichen Leidenschaft heraus mit Brot beschäftigen.

Michael Kleinert und Bernd Kütscher
Die Sprache des Brotes
 160 Seiten
 978-3-87515-212-8
 € 49,90

www.matthaes.de

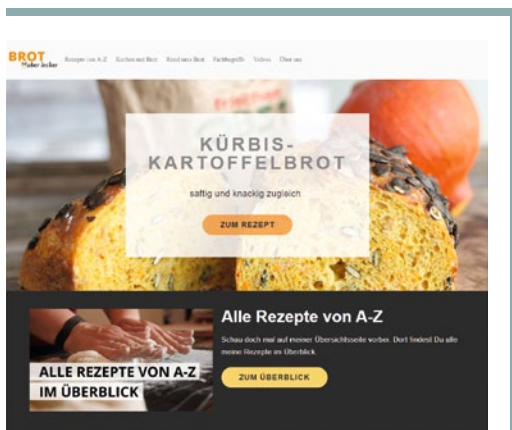


Jedes Jahr stellt sich die Frage neu, was an Weihnachten gekocht werden soll. Denn das besondere Festtagsessen gehört einfach dazu. Wie der Weihnachtsschmaus auch ohne Gans und Braten aufs Beste gelingt, zeigt Heike Kügler-Anger in ihrem Buch „Vegetarisches fürs Fest“. Das Buch lädt ein zur kulinarischen Reise durch zwölf Länder. Aus der Fülle festlicher Tradition werden besonders schmackhafte, vegetarische Festtagspezialitäten des jeweiligen Landes vorgestellt. Mehr als 70 süße und pikante Köstlichkeiten bieten allen Feinschmeckern, die auf der Suche nach vegetarischen Festtagsgerichten sind, jede Menge leckere Anregungen. Die Auswahl reicht von cremigen Suppen über edle Pasteten und Gratins bis zu Schlemmerdesserts und Festtagsgebäck. Alle Gerichte gelingen mit saisonal erhältlichen Zutaten und lassen sich zu landestypischen Menüs zusammenstellen. Neben den Rezepten bietet das Buch stimmungsvolle Einblicke in die unterschiedlichen Weihnachtsbräuche der vorgestellten Länder.


 www.pala-verlag.de



Heike Kügler-Anger
**Vegetarisches fürs Fest –
 Weihnachtliche Rezepte aus aller Welt**
 162 Seiten
 978-3-89566-396-3
 € 14,-



Das Foodblogger-Paar Anja und Oliver Vogel hat als Leidenschaft das Brotbacken und Bloggen für sich entdeckt. Seit Juni 2016 betreiben die beiden ein Blog, auf dem sie Rezepte, Berichte und Wissenswertes rund um das Thema Brot und Backen teilen. Zu finden gibt es auf www.brotaberlecker.de Rezepte für Brote mit Sauerteig oder Hefe, kreative Brotaufstriche, Brötchen, Süßes und auch Ideen zum Thema Grillen. Natürlich gibt es hier auch einige Anregungen für die Weihnachtszeit. Zum Beispiel ein Früchtebrot, Brotsalat als festliche Vorspeise oder auch verzwirbelte Partystangen mit herzhafter Füllung.

 www.brotaberlecker.de



Es braucht zumeist nicht viel, um aus einer gewöhnlichen Scheibe Brot ein kleines Festmahl zu machen. Das verspricht zumindest Maik Schacht, Autor des Buches „Aufs Brot – Aufstriche und mehr“. Schon ein paar Zutaten reichen aus, um einen leckeren Brotaufstrich zuzubereiten. Egal ob süß oder salzig, warm oder kalt, vegetarisch oder mit Fleisch, dieses Buch bietet die ganze Vielfalt an Brotaufstrichen für alle Gelegenheiten. Als Fingerfood auf einer Party, als Snack in der Mittagspause oder einfach als leckerer Sattmacher, um samstagsmorgens das Wochenende einzuläuten – da will man keine Brotzeit mehr verpassen.

Maik Schacht
Aufs Brot – Aufstriche und mehr
 160 Seiten
 978-3-87515-403-0
 € 19,90



 www.matthaes.de



Das BROT-Forum, die Facebook-Gruppe zum Magazin, ist die ideale Plattform für Back-Fans. Hier gibt es im regen Austausch der Mitglieder untereinander jede Menge Infos zum Thema Brot. Brotbäcker/innen tauschen sich über die Rezepte der letzten Magazin-Ausgaben aus und präsentieren eigene Kreationen. Und natürlich erfahren die Mitglieder der Gruppe auch stets, was es Neues aus der BROT-Redaktion gibt.

 /groups/brotforum



Nach dem Erfolg von „Wildbakers – Von zweien, die auszogen, das perfekte Brot zu backen“ legen Johannes Hirth und Jörg Schmid nach und machen sich in ihrem neuen Buch „Wildbakers on Tour – Unterwegs zum besten Brot“ auf zu den besten regionalen Back-Spezialitäten in Deutschland und den Nachbarländern. Dabei stellen sie neben den beliebten Klassikern wie Bauernbrot, Pumpernickel, Baguette und Schüttelbrot auch immer ihre eigenen Varianten derselben vor. Zum Beispiel Weißwurst im Brezelmantel, Ciabatta-Lasagne oder Brotpommes.



Johannes Hirth und Jörg Schmid
**Wildbakers on Tour –
 Unterwegs zum besten Brot**
 192 Seiten
 978-3-8338-6861-0
 € 22,-

 www.gu.de

— Anzeigen

PLZ 20000



Backen Sie Ihr Brot mit unseren wertvollen Zutaten!



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

PLZ 50000



Horbacher Mühle
 Prod. u. Handels GmbH

Oberhorbacher Str. 25
 53819 Neunkirchen-Seelscheid

Telefon: 02247 / 300 102

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



BIO MÜHLE

BIO MÜHLE EILING

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

PLZ 70000



Beste Biomehle in großer Vielfalt finden Sie im

- Bioladen
- In unserem Mühlenladen
- In unserem Onlineshop

Mehr unter spielberger.de

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



Gesunde Mühlenprodukte, frisch aus dem Schwarzwald!

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

Österreich

Langer Mühle Atzenbrugg

Mehle und alles rund ums Backen!



www.lamuehla.at
office@langermuehle.at

Telefon +43 2275 5273
 Schubertstraße 15
 3452 Atzenbrugg
 Österreich

Mühlenfinder

Sauerteig

- ▶ 100 g Alpenroggenmehl
- ▶ 100 g Wasser
- ▶ 15 g Anstellgut

Die Zutaten gründlich verrühren und 12 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur reifen lassen.

Vorteig

- ▶ 50 g Hartweizenmehl (alternativ Hartweizengrieß)
- ▶ 25 g Wasser
- ▶ 0,5 g Frischhefe (etwa eine erbsengroßen Menge)

Die Zutaten 5 Minuten von Hand verkneten und 12 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur reifen lassen.

Quellstück

- ▶ 100 g Plätzchen (grob zerstoßen)
- ▶ 100 g Milch (lauwarm)

Die Zutaten verrühren und abgedeckt 4-12 Stunden im Kühlschrank quellen lassen. Anschließend die Masse mit einem Stabmixer pürieren und akklimatisieren lassen.

Autolyseteig

- ▶ 100 g Hartweizenmehl (alternativ Hartweizengrieß)
- ▶ 200 g Weizenmehl 1050
- ▶ 200 g Wasser (Raumtemperatur)

Die Zutaten verrühren, gegebenenfalls kneten und abgedeckt 1 Stunde bei Raumtemperatur quellen lassen.


Hauptteig


- ▶ Sauerteig
- ▶ Vorteig
- ▶ Quellstück
- ▶ Autolyseteig
- ▶ 50 g Alpenroggenmehl
- ▶ 75 g Lievito Madre (kalt)
- ▶ 25 g Wasser
- ▶ 12 g Salz


Plätzchen-Brot



Rezept & Bilder: Ben Bembnista

 @brotpoet

 /brotpoet

 www.brotpoet.de

Die Reste vom Plätzchen-Teller finden kaum noch Abnehmer? Dann wird es Zeit, sie in ein kreatives Brot zu verwandeln. Durch ein Quellstück aus Milch und Plätzchen bekommt das Brot eine sehr weiche Textur, wodurch es auch gut als Toast- oder Sandwichbrot geeignet ist.

☘ Die Zutaten auf kleinster Stufe etwa 8 Minuten mischen und weitere 8 Minuten auf schnellerer Stufe zu einem homogenen Teig verkneten. Der Teig sollte keine sichtbare Marmorierung aufweisen.

☘ Den Teig abgedeckt etwa 60 Minuten gehen lassen. Derweil eine Kastenform (30 cm) vorbereiten.

☘ Den Teig nach der Gare auf einer bemehlten Arbeitsfläche erst straff rund, dann länglich formen und in die vorbereitete Kastenform setzen. Den Teig glattstreichen und abgedeckt nochmal 30 Minuten bei Raumtemperatur und weitere 10-12 Stunden im Kühlschrank gehen lassen.

☘ Den Ofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen, die Form aus dem Kühlschrank nehmen, den Teig der Länge nach tief einschneiden, mit viel Dampf bei 250°C einschließen, die Temperatur auf 200°C reduzieren und etwa 60 Minuten backen. 🍴

Tipp

Alpenroggen ist ein Verschnitt verschiedener Roggen-Sorten und Ausmahlgrade sowie einem Anteil Schwarzroggen. Es kann durch Roggenmehl 1150 und Roggenmehl Vollkorn im Verhältnis 1:2 ersetzt werden. Zum Beispiel entsprechen 100 g Alpenroggen etwa 34 g Roggenmehl 1150 und 66 g Roggenmehl Vollkorn.



Schwierigkeitsgrad:	★★★
Getreide:	Roggen, Hartweizen, Weizen
Triebmittel:	Sauerteig, Hefe, Lievito Madre
Teigkonsistenz:	mittelfest, leicht klebend
Zeit gesamt:	25-28 Stunden
Zeit am Backtag:	1,5 Stunden
Backzeit:	60 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	200°C
Schwaden:	beim Einschließen

Winterliche Zwetschge



Dieser winterliche Brotaufstrich eignet sich hervorragend, um die letzten Zwetschgenvorräte aufzubrechen. Das besondere Aroma entsteht durch weihnachtliche Gewürze wie Zimt und Sternanis. Mandellikör und Rum geben ein wenig Pepp, der wunderbar mit der leichten Säure der Basisfrüchte harmoniert.

- ❖ Die Zwetschgen waschen und halbieren, große Früchte vierteln.
- ❖ Zitrone und Orange halbieren sowie den Saft auspressen.
- ❖ Zwetschgen, Zitronen- und Orangensaft, Gelierzucker und die Gewürze in einen großen Topf geben, alles zusammen gut durchrühren und für 2 Stunden oder über Nacht zugedeckt stehen lassen.
- ❖ Danach das Fruchtmus unter ständigem Rühren langsam aufkochen und für weitere 10 Minuten sprudelnd kochen lassen.
- ❖ Im Anschluss die Zimtstange und die Sternanis entfernen und die Gelierprobe machen: Dazu ein wenig Fruchtmasse auf einen Teller geben und kurz abkühlen lassen. Die Masse sollte fest werden. Wenn das nicht der Fall ist, noch wenige Minuten weiter köcheln lassen.
- ❖ Gelingt die Gelierprobe, den Amaretto und die Pistazien zugeben, durchrühren und nochmals kurz aufkochen lassen.
- ❖ Das fertige Mus in sterile Gläser füllen, mit einem Esslöffel Rum beträufeln und sofort gut verschließen. 🍷

Zutaten*

- ▶ 1.500 g Zwetschgen (ohne Stein)
- ▶ 500 g Gelierzucker (3:1)
- ▶ 60 g Amaretto-Mandellikör
- ▶ 60 g Rum (braun, 54 % Vol)
- ▶ 3 g Lebkuchengewürz
- ▶ 25 g Pistazien (gehackt)
- ▶ 2 Sternanis
- ▶ 1 Zitrone (Bio)
- ▶ 1 Orange (Bio)
- ▶ 1 Stange Ceylon-Zimt

*Ergibt etwa 5 Gläser



Rezept & Bild: Gerda Göttling

Tip

Für eine alkoholfreie Alternative kann der Mandellikör durch 75 g geriebene Marzipanrohmasse ersetzt werden und den Rum lässt man einfach weg.





Tip
Zwei Esslöffel Cognac in der aufgekochten Brühe geben zusätzliches Aroma – dann sollten aber nur Erwachsene von der Suppe essen.

Brotsuppe

Rezept & Bild:
Gerda Göttling

Altes Brot hat zu Unrecht einen schlechten Ruf. Denn damit lassen sich viele leckere Sachen zubereiten. Zum Beispiel eignet es sich prima für Suppen. Die spenden nicht nur Wärme an kalten Tagen, sondern bereichern auch festliche Anlässe als kräftige Vorspeisen. Das Beste an den beiden hier gezeigten Varianten ist, dass sie in jeweils nur rund 30 Minuten auf dem Tisch stehen.

Variante 1: Goldwürfel-Brot-Käsesuppe

Zutaten

- ▶ 130 g Altbrot (nicht zu hart)
- ▶ 2 Eier
- ▶ 90 g Milch
- ▶ 50 g Käse (gerieben)
- ▶ 25 g Butter (alternativ Butterschmalz)
- ▶ 1.300-1.700 g Rinderbrühe (alternativ Gemüsebrühe)
- ▶ ½ Bund Schnittlauch (frisch)
- ▶ 5 g Kräuter (frisch gehackt, zum Beispiel Bärlauch oder Petersilie)
- ▶ Salz
- ▶ Pfeffer
- ▶ Muskatnuss

- ✿ Das Altbrot in kleine Würfel schneiden.
- ✿ Eier, Salz, Pfeffer, Muskat und Milch mit Hilfe des Pürierstabes mixen.
- ✿ Die Kräuter und den Käse dazugeben, mit einem Löffel durchrühren.
- ✿ Die Brotwürfel mit der Masse übergießen und durchmischen. Kurz quellen lassen.
- ✿ Butter in einer großen Pfanne erhitzen, die Würfel hinzugeben und rundherum goldgelb anbraten. An einigen Stellen dürfen die Würfel auch gerne etwas kräftiger angebraten werden, um ein wenig Röstaroma zu bekommen.
- ✿ Die Goldwürfel auf vier Teller verteilen, oder in eine Suppenterrine geben. Die Brühe aufkochen und über die Goldwürfel gießen.
- ✿ Den Schnittlauch waschen und in feine Röllchen schneiden. Dann über die Suppe streuen. 🍴



Variante 2: Brot-Cremesuppe

Zutaten

- ▶ 225 g Altbrot (nicht zu hart)
- ▶ 1.000 g Wasser
- ▶ 25 g Sonnenblumenöl
- ▶ 1 Zwiebel
- ▶ Salz
- ▶ Pfeffer
- ▶ Käse (gerieben, optional)

Rezept & Bild: Nadja Alessi

 @little_kitchen_and_more

🌿 In einer großen Pfanne das Sonnenblumenöl erhitzen. In der Zwischenzeit die Zwiebel in Würfel schneiden. Wenn das Öl heiß ist, die Zwiebel dazugeben und etwas andünsten.

🌿 Das Altbrot ebenfalls in Würfel schneiden und in die Pfanne geben. Mit dem Wasser ablöschen und mit Salz sowie Pfeffer nach Geschmack würzen. 10 Minuten abgedeckt köcheln lassen.

🌿 Mit einem Stabmixer alles zu einer homogenen Masse verarbeiten und nochmal aufkochen. Eventuell noch etwas Wasser dazugeben und abschmecken. 🌿

Tipp

Je trockener das Altbrot, desto mehr Wasser wird benötigt. Besonders gut schmeckt die Suppe mit etwas geriebenem Käse als Topping.



Semmelknödel



Für diese köstliche Beilage zu festlichem Essen braucht man nur wenige Zutaten, die aber je nach Region etwas variieren. Die Semmelknödel sind erstaunlich schnell gemacht, passen fast immer zu herzhaftem Essen und können sogar länger im Voraus zubereitet werden. Eine traditionelle wie leckere Art, altes Brot zu verarbeiten.

Zutaten

- ▶ 10 Brötchen (hell, alt)
- ▶ 350 g Milch (heiß)
- ▶ 70 g Schwarzwälder Schinken
- ▶ 1 Zwiebel (groß)
- ▶ 15 g Olivenöl
- ▶ 3 Eier (Größe M)
- ▶ 5 g Salz
(plus 10 g für das Kochwasser)
- ▶ 2 g Pfeffer (gemahlen)
- ▶ 2 g Basilikum (getrocknet)

✿ Die Brötchen in dünne Scheiben schneiden, mit der heißen Milch übergießen und 15-20 Minuten einweichen lassen.

✿ Die Zwiebel fein würfeln und den Schwarzwälder Schinken ebenso in ganz feine Würfelchen oder Streifen schneiden. Beides in erhitztem Olivenöl wenige Minuten andünsten, bis die Zwiebeln glasig werden.

✿ Zwiebeln und Schinken zusammen mit den Eiern und den Gewürzen in die aufgeweichten Brötchen geben und einige Minuten mit den Händen gut verkneten. Weitere 20 Minuten durchziehen lassen.

✿ Einen Topf Wasser mit einem gehäuften Teelöffel Salz aufkochen.

✿ Mit angefeuchteten Händen den Teig zu Knödeln formen. Diese ins Wasser geben, die Hitze reduzieren und 20 Minuten im heißen Wasser ziehen lassen. 🍴

Tipp

Um den Geschmack zu variieren, kann man einen Teil der hellen Brötchen durch rustikale Brötchen oder Brot ersetzen.



Rezept & Bild: Gerda Götting

Forellen- Meerrettich-Mousse

Diese Mousse hat durch Meerrettich und Forellen einen maritimen Touch und ist ein nicht alltäglicher Begleiter zum Festtagsfrühstück. Der Meerrettich verleiht der Mousse einen kleinen Schärfe-Kick, der zusammen mit dem markanten Forellen-Aroma hervorragend mit kräftigem Brot harmoniert.

- ❖ Vier Forellenfilets mit Hilfe einer Gabel zerdrücken.
- ❖ Etwas Schale von der Zitrone abreiben und zusammen mit dem Meerrettich, etwas Saft der Zitrone, den zerdrückten Forellen und der Crème fraîche verrühren.
- ❖ Die Schlagsahne steif schlagen und alles zusammen mit einem Esslöffel Schnittlauch-Röllchen, dem Forellenkaviar und den Kapern vorsichtig vermengen.
- ❖ Zunächst probieren, um die Mousse nicht zu übersalzen. Bei Bedarf mit Pfeffer und Salz abschmecken.
- ❖ Die Mousse auf einem herzhaften Brot zusammen mit einem Forellenfilet servieren. 🍴

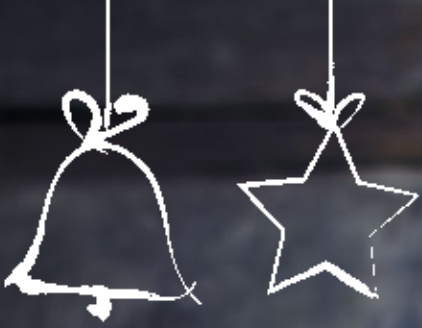
Zutaten

- ▶ 400 g Forellenfilet (geräuchert)
- ▶ 125 g Crème fraîche (alternativ Frischkäse)
- ▶ 100 g Schlagsahne
- ▶ 40 g Meerrettich
- ▶ 20 g Forellenkaviar
- ▶ 8 g Kapern
- ▶ ½ Zitrone (Bio)
- ▶ Salz
- ▶ Pfeffer
- ▶ Schnittlauch

Tip

Ein aufgelöstes Blatt Gelatine in der Mousse sorgt für mehr Festigkeit. Im Kühlschrank hält die Mousse etwa 2-3 Tage.







Gefülltes Brot mit Grillgemüse

Dieses Rezept beweist, dass mit wenig Aufwand aus einem einfachen Brot eine vollwertige Mahlzeit werden kann. Der gefüllte Laib ist die ideale Vorspeise oder ein kleiner Snack an den Feiertagen – auch, weil er kaum Vorbereitungszeit erfordert. Das Rezept eignet sich zudem prima, um angebrochene Lebensmittel zu verwerten.

- ❖ Von dem Brotlaib (am besten rund) im oberen Drittel quer einen Deckel abschneiden. Mit einem Esslöffel oder Melonenausstecher die innere Krume herausschaben, dabei an den Seiten und nach unten etwa 2 cm Rand stehen lassen. Das Brot mit Hummus ausstreichen.
- ❖ Die Zucchini und die Aubergine in Scheiben, die Paprikaschote in breite Streifen und den Knoblauch in feine Würfel schneiden. Nacheinander in einer Pfanne mit Olivenöl die Gemüsesorten 3-5 Minuten braten, dabei jeweils einen Teil der Knoblauchwürfel zugeben und mit Salz, Pfeffer und Thymian würzen.
- ❖ Feta in Scheiben schneiden. Abwechselnd die gebratenen Gemüse und den Feta in das Brot schichten, jede Schicht etwas festdrücken. Mit den eingelegten Tomaten abschließen und mit etwas Olivenöl beträufeln. Den Deckel daraufsetzen, fest andrücken und das Brot in Alufolie gewickelt für 1-2 Stunden mit einem schweren Gegenstand beschweren. 🍷

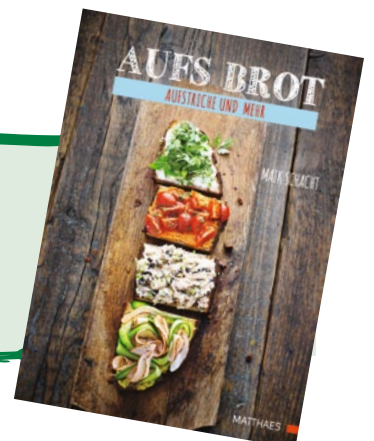
Zutaten

- ▶ 1 Laib Brot (nach Geschmack)
- ▶ 100 g Hummus
- ▶ 1 Zucchini
- ▶ 1 Aubergine
- ▶ 1 Paprikaschote
- ▶ 1 Knoblauchzehe
- ▶ 200 g Feta
- ▶ 100 g halbtrocknete Tomaten in Öl
- ▶ Salz
- ▶ Pfeffer
- ▶ Thymian
- ▶ Olivenöl



Zum Servieren wie eine Torte anschneiden. Das gefüllte Brot schmeckt pur oder mit einem Quarkdip.

Dieses Rezept stammt aus dem Buch „Aufs Brot – Aufstriche und mehr“ von Maik Schaft. Es ist im Matthaes-Verlag erschienen und hat 160 Seiten mit zahlreichen farbigen Abbildungen. Eine Vorstellung des Buches findest Du in der Rubrik „Inspiration – Literatur rund ums Backen: Bücher und Blogs“ in diesem Heft.



Käse hoch vier

Käse-Fondue und Raclette sind Klassiker unter den Festtagsessen. Ob zu Weihnachten, an den Feiertagen oder an Silvester – die geschmolzene Käseschicht auf allerlei Leckereien schmeckt Groß und Klein. Damit im Fonduetopf und der Raclette-Pfanne keine Langeweile aufkommt, gibt es hier vier abwechslungsreiche Varianten.

Prosecco-Fondue mit Vacherin Fribourgeois

Bilder: Käse aus der Schweiz

Zutaten*

- ▶ 600 g Vacherin Fribourgeois
- ▶ 500 g Prosecco
- ▶ 10 g Mehl
- ▶ 1 Knoblauchzehe

*für 4 Personen

- ❖ Die Knoblauchzehe schälen, halbieren und ein Caquelon (Fonduetopf) damit ausreiben.
- ❖ Den Vacherin Fribourgeois grob reiben und zusammen mit Mehl und Prosecco in den Topf geben.
- ❖ Unter ständigem Rühren den Käse langsam schmelzen. Mit Pfeffer würzen. Den Topf mit dem Käsefondue auf einem Rechaud auf den Tisch stellen. ■



Tipp

Zum Dippen eignet sich nicht nur Brot, sondern auch zum Beispiel Champignons oder anderes Gemüse nach Wahl.

Schweizer Äpler-Raclette



Zutaten*

- ▶ 600-800 g Raclette Suisse
- ▶ 200-300 g gegarte Pasta (nach Geschmack)
- ▶ 20-30 g Öl (zum Braten)
- ▶ 8 dicke Scheiben Speck (halbiert)
- ▶ Essiggemüse (zum Beispiel Cornichons)
- ▶ Pfeffer

*für 4 Personen

- ❖ Die Pasta mit Öl mischen, portionenweise in die Pfännchen geben und im Racletteofen braten.
- ❖ Raclettekäse zusammen mit Speck darauflegen, Käse schmelzen lassen.
- ❖ Nach Geschmack pfeffern und mit Essiggemüse genießen. ■

Zutaten*

- ▶ 800 g altbackenes Brot (gewürfelt)
- ▶ 500 g Weißwein (trocken)
- ▶ 300 g Le Gruyère
- ▶ 300 g Vacherin Fribourgeois
- ▶ 200 g Fleisch (nach Geschmack, getrocknet und geräuchert)
- ▶ 20 g Kirschwasser
- ▶ 10 g Maisstärke
- ▶ 1 Knoblauchzehe (halbiert)
- ▶ 1 Spritzer Zitronensaft
- ▶ 0,5 g Muskatnuss
- ▶ Gürkchen
- ▶ Silberzwiebeln
- ▶ Salz
- ▶ Pfeffer

*für 4-6 Personen

⊛ Le Gruyère und Vacherin Fribourgeois reiben und mit der Maisstärke in zwei Schälchen vermischen.

⊛ Den Fonduetopf mit der Knoblauchzehe ausreiben, dann den Weißwein darin erhitzen. Wenn der Siedepunkt erreicht ist, die Hitze reduzieren und Le Gruyère hineingeben, dabei mit einem Holzlöffel in Achterkreisen umrühren.

⊛ Wenn der Gruyère geschmolzen ist, Vacherin Fribourgeois hinzufügen und ebenfalls in Achterkreisen verrühren, bis der Käse komplett geschmolzen ist. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen, Kirschwasser und Zitronensaft hineingeben.

⊛ Nach Geschmack mit verschiedenen Schinkenarten und zum Beispiel Gürkchen und Silberzwiebeln genießen. 🍴



Fondue moitié-moitié mit verschiedenen Schinken



Zutaten*

- ▶ 300 g Walliser Raclette
- ▶ 300 g Riesengarnelen
- ▶ 2 Zwiebeln
- ▶ 1 Papaya (klein)
- ▶ 1 Chilischote (grün oder rot)
- ▶ 1 Handvoll Koriandergrün
- ▶ Öl (zum Braten)

*für 2 Personen

⊛ Die Zwiebeln jeweils in sechs Stücke teilen und die Papaya klein würfeln. Die Chilischote in Ringe schneiden und die Korianderblättchen abzupfen. Die Garnelen mit Salz und Pfeffer würzen.

⊛ Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Garnelen darin von jeder Seite etwa 30 Sekunden braten. Sofort aus der Pfanne nehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

⊛ Papaya, Chili, Koriander und Garnelen auf Schälchen verteilen. Nach Belieben in Raclette-Pfännchen einschichten. Mit Walliser Raclette belegen und backen. 🍴

Walliser Raclette mit Riesengarnelen





Bauernbaguette

Für Käsefondue braucht man ein lecker-lockeres Brot, an dem der Käse gut haften bleibt. So wie dieses Baguette, das durch einen Roggenanteil und geröstetes Altbrot etwas rustikaler ist. Es schmeckt auch gut zu Vorspeisen oder Salaten. Gerade in der Weihnachtszeit ist es praktisch, dass der Teig bereits einen oder sogar zwei Tag/e vorher zubereitet werden kann.



- ✿ Das gesamte Mehl, Altbrot und Wasser in eine Schüssel geben und 1-2 Minuten auf langsamer Stufe vermischen, bis keine Mehlnester mehr zu sehen sind. 1 Stunde quellen lassen.
- ✿ Zuckerrübensirup, Hefe und Sauerteig dazugeben und 5 Minuten auf langsamer Stufe vermischen. Weitere 7-8 Minuten schneller verkneten. Nach 4 Minuten das Salz dazugeben.
- ✿ Den Teig in eine leicht geölte Schüssel mit Deckel geben und rundum einmal von außen nach innen falten. Umdrehen und bei Raumtemperatur



6 Stunden gehen lassen. Nach 1 und 2 Stunden nochmals falten. Danach 14-48 Stunden kühl stellen, so wie es am besten passt.

❖ Den Teig 2-3 Stunden vor der Weiterverarbeitung aus dem Kühlschrank nehmen und akklimatisieren lassen.

❖ Den Teig in vier Teile von jeweils 300 g trennen. Jeden Teigling ohne Druck seitlich einschlagen und locker zu einem Zylinder aufrollen. 10 Minuten entspannen lassen.

❖ Dann zu einem Baguette vorformen. Nochmal 10 Minuten entspannen lassen und die Enden dünner und spitzer rollen. In Hartweizengrieß wälzen.

❖ Mit dem Schluss nach unten in ein bemehltes Tuch legen, seitlich das Tuch etwas hochziehen und dann das nächste Baguette danebenlegen. 1 Stunde gehen lassen.

❖ Den Backofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Ein Backblech mit aufheizen, wenn nicht auf einem Stein oder Backstahl gebacken wird. Teiglinge auf Backpapier oder Backfolie setzen und einschneiden.

❖ Die Teiglinge unter Schwaden einschießen und auf der mittleren Schiene 20-25 Minuten backen. Nach 10 Minuten den Backofen einen Spalt breit öffnen, damit die Feuchtigkeit abziehen kann. 🍴

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆☆

Getreide: Weizen, Roggen

Triebmittel: Hefe, Sauerteig

Teigkonsistenz: fest

Zeit gesamt: 25,5-59,5 Stunden

Zeit am Backtag: 4-5 Stunden

Backzeit: 20-25 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 250°C

Schwaden: beim Einschießen,
nach 10 Minuten ablassen

Zutaten

- ▶ 500 g Weizenmehl T65 (alternativ Weizenmehl 550)
- ▶ 100 g Waldstaudenroggenmehl Vollkorn (alternativ Roggenmehl Vollkorn)
- ▶ 50 g Altbrot (geröstet, gemahlen)
- ▶ 450 g Wasser
- ▶ 4 g Frischhefe
- ▶ 70 g Sauerteig (kalt, alternativ Lievito Madre)
- ▶ 5 g Zuckerrübensirup
- ▶ 12 g Salz
- ▶ Hartweizengrieß (zum Wälzen)

*Ergibt 4 Baguettes



Dieses Rezept stammt aus dem Buch „Wildbakers on Tour“ von Johannes Hirth und Jörg Schmid. Es ist im Gräfe und Unzer Verlag erschienen und hat 192 Seiten mit zahlreichen farbigen Abbildungen. Eine Vorstellung des Buches findest Du in der Rubrik „Inspiration – Literatur rund ums Backen: Bücher und Blogs“ in diesem Heft.



Kassler im Brotteig



Eine echte Schweinerei ist dieses mit Kasslerfleisch gefüllte Brot. Nicht nur, weil es so aussieht, sondern vor allem weil es saugt schmeckt. Noch warm kann es ein fantastischer Bestandteil des Hauptganges beim Festessen sein. Und kalt schmeckt es zur zünftigen Brotzeit ebenso gut.

☘ Alle Zutaten für den Hauptteig außer Kassler und Senf zuerst 5 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann noch etwa 5 Minuten auf schnellerer Stufe kneten.

☘ Danach den Teig etwa 20 Minuten ruhen lassen, dazu am besten in der Rührschüssel mit Frischhaltefolie (besser: Wachstuch, zum Beispiel Bee's Wrap) oder Küchentuch abdecken.

☘ Nach der Teigruhe zwei Drittel des Teiges abnehmen und auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche mit dem Rollholz ausrollen. Kassler rundum mit Senf bestreichen, mittig auf die Teigplatte setzen und darin einpacken, dabei Teigreste abschneiden und beiseitelegen. Die Teigländer mit Wasser bestreichen und festdrücken.

☘ Das mit Teig eingepackte Kasslerfleisch mit dem Schluss nach unten auf ein mit Backpapier belegtes Backblech setzen.

☘ Die Teigreste mit dem übrigen Teigdrittel verkneten, ebenfalls ausrollen und zwei Kreise von jeweils 10 cm Durchmesser ausstechen. Einen Kreis als Schnauze an der Vorderseite des Kasslerteigs mit etwas Wasser festkleben. Den zweiten Kreis diagonal halbieren, zu Ohren formen und am Gesicht festkleben.

☘ Aus dem restlichen Teig ein Ringelschwänzchen und andere Details wie Pfoten und Borsten formen und jeweils festkleben. Zuletzt mit einem kleinen Ausstecher Augen und Nasenlöcher in das Gesicht drücken.

☘ Sobald das Schwein fertig ist, abgedeckt bei Raumtemperatur 30 Minuten ruhen lassen.

☘ In der Zwischenzeit den Backofen auf 240°C vorheizen. Das Schwein auf dem Backblech in den heißen Ofen (Mitte) schieben, leicht schwaden und in 30-35 Minuten bis zur gewünschten Farbe backen. Nach 5 Minuten Backzeit die Ofentemperatur auf 200°C reduzieren.

☘ Vor dem Servieren kurz abkühlen lassen. ■

Schwierigkeitsgrad:	★★★
Getreide:	Weizen, Roggen
Triebmittel:	Sauerteig, Hefe
Teigkonsistenz:	bindig
Zeit gesamt:	18 Stunden
Zeit am Backtag:	2 Stunden
Backzeit:	30-35 Minuten
Starttemperatur:	240°C
Backtemperatur:	200°C nach 5 Minuten
Schwaden:	beim Einschließen

Sauerteig

- ▶ 60 g Roggenmehl 1150
- ▶ 60 g Wasser (warm)
- ▶ 6 g Anstellgut

Die Zutaten gut vermischen und abgedeckt bei Raumtemperatur mindestens 16 Stunden reifen lassen.

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 400 g Weizenmehl 1050
- ▶ 40 g Roggenmehl 1150
- ▶ 120 g Kartoffeln (gegart, mehligkochend, zerdrückt)
- ▶ 3 g Brotgewürz
- ▶ 40 g Quark
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 15 g Frischhefe
- ▶ 240 g Wasser (kalt)
- ▶ 1 Kassler (etwa 400 g)
- ▶ Dijonsenf
- ▶ Öl



Das perfekte Dinner

Brot, Bier und Wein
clever kombiniert

Feste sind meist auch ein Anlass, um sich ein Glas Wein oder ein Bier zu gönnen. Und grundsätzlich gilt natürlich: Erlaubt ist, was schmeckt. Doch wie beim gutem Steak oder Fisch, gibt es auch beim Brot einige Grundregeln, die das Geschmackserlebnis noch intensivieren können. Indem man den richtigen Wein oder das richtige Bier zum Brot trinkt.



Brot und Wein

Brot und Wein ergeben eine magische und lustvolle Kombination, die auf vielfältige Weise entdeckt werden kann. Hierbei gilt: Die Intensität des Geschmacks muss ausgewogen sein. So sollten Süße und Säure von Brot und Wein zueinander passen. Süße im Brot, etwa durch eine hohe Malzzugabe oder Früchte, verlangt nach Wein mit angenehmer Säure und dezenter Süße. Röst- und Bitterstoffe im Brot vertragen sich nicht immer mit ausgeprägtem Gerbstoff und Säure im Wein,

die Aromen verstärken sich sogar gegenseitig. Die nachfolgende Tabelle ist von einer gemeinsamen Arbeitsgruppe des Deutschen Brotinstituts und des Deutschen Weininstituts erarbeitet worden, bestehend aus Brot- und Wein-Sommeliers. Die Empfehlungen sind als allgemeine Hinweise zu verstehen, nicht als Gesetz.

Brotsorte	Passender Wein	Genussmerkmale des Brotes		Genussmerkmale der Kombination
		Kruste	Krume	
Helle, eher leichte Weizenbrote (z. B. Baguettes)	Weißwein leicht & fruchtig. Frische und fruchtige Aromen, trocken, feinrassige Säure, schlanker Körper, moderater Alkohol (z. B. Silvaner, Müller-Thurgau, Riesling)	Milde Hefe- und Fruchtnoten (z. T. Malznoten)	Milde Karamell- und Röstnoten	Die Fruchtnoten des Weines harmonisieren mit den Karamell- und Röstaromen des Brotes
Weizenmischbrot		Milde Röstnoten	Milde Säurennoten	Die Fruchtaromen des Weines greifen die leichten Roggennoten des Brotes auf. Die feine Säure des Weines steht in ausgewogener Balance zur milden Säure des Brotes
Kräftige Weizenbrote (z. B. dunkler gebacken)	Weißwein kräftig & schwer. Ausdrucksstarke, konzentrierte Aromen, Holzeinsatz, harmonisch in der Säure, kraftvoller Körper (z. B. Grauburgunder, Chardonnay)	Mittlere bis kräftige Röstnoten	Milde Hefe- und Fruchtnoten, Malznoten	Kraftvoller Körper und Schmelz des Weines harmonisieren mit den intensiven Röst- und Malznoten des Brotes
Weizenmischbrot		Mittlere-kräftige Röstnoten	Mittlere Säurennoten	Der körperbetonte Wein geht eine gelungene Verbindung mit den kräftigen Röstnoten des Brotes ein. Zusätzlich erfrischt die Säure des Brotes den Wein.
Roggen- und Roggenmischbrot		Kräftige Röstnoten	Kräftige Säurennoten	Der Körper des Weines verbindet sich mit den Röstaromen des Brotes. Die Säurennoten von Wein und Brot bauen harmonisch aufeinander auf.
Ölsaatenbrot, Vollkornbrot	Roséwein fruchtig. Fruchtiger Rosé, trocken, frische Säure, leicht bis mittelkräftig	Milde Röstnoten, nussig	Mild, nussig, malzig	Die beerigen Aromen des Weines werden von dem mild nussigen Charakter des Brotes aufgefangen
Ölsaatenbrot, Vollkornbrot	Rotwein elegant & komplex. Ausgewogen, vielschichtige Aromen, etwas Holzeinsatz, moderates Tannin, mittelkräftiger Körper (z. B. Spätburgunder)	Mittlere-kräftige Röstnoten, deutlich nussig	Deutlich nussig (z. T. Röstmalz)	Die beerig-würzigen Aromen des Weines verbinden sich mit dem deutlich nussigen Geschmack des Brotes.
Roggen- und Roggenmischbrot	Rotwein schwer & kräftig. Ausdrucksstarke, konzentrierte Aromen, auch Barrique, Säure niedrig, gerbstoffbetont, kraftvoller Körper (z. B. Lemberger, Dornfelder)	Kräftige Röstnoten	Kräftige Säurennoten	Der kraftvolle Körper des Rotweines geht mit den intensiven Röstaromen des Brotes eine gelungene Verbindung ein.
Süße Backwaren	Edelsüße Weine. Fruchtige Aromen mit ausgeprägter Süße	Feine Backware mit ausgeprägter Süße (z. B. Stollen, Torten)		Die Restsüße des Weines greift die Süße der Backware auf.

Diese Tabelle ist das Ergebnis einer Arbeitsgruppe des Deutschen Brotinstituts und des Deutschen Weininstituts



Wie für Wein, gibt es auch für Bier spezielle Gläser, die es erlauben, dass sich das Aroma besonders gut entfaltet

Wer mehr über die Qualität und den Genuss von Brot erfahren möchte, findet viel Grundlagenwissen im Buch „Die Sprache des Brotes“ von Michael Kleinert und Bernd Kütscher. Das Buch ist im Matthaes Verlag erschienen, hat 160 Seiten und kostet 49,90 Euro. ISBN 978-3-87515-212-8



identischen Rohstoffen hergestellt und auch in den biochemischen Prozessen findet man Analogien – daher auch die noch immer im allgemeinen Sprachgebrauch gängige Redewendung: „Bier ist flüssiges Brot“.

Brot und Bier

Wo auch immer auf der Welt Menschen befragt werden, die Deutschland kennen: Brot und Bier werden mit ziemlicher Sicherheit als erste Lebensmittel genannt. Deutschland ist das Synonym für die handwerkliche Herstellung beider Produkte und ein Land, das für eine umfassende Sortenvielfalt in beiden Segmenten steht. So ist Deutschland mit 3.200 registrierten Brotsorten führend und gehört neben Belgien, England und Tschechien zu den wichtigsten traditionellen Biernationen dieser Welt.

Brot und Bier haben zudem eine lange gemeinsame Geschichte. Sie werden aus (fast)

Weil die mittelalterlichen Bäcker und Brauer noch nicht über die Existenz und Fähigkeit von Hefen Bescheid wussten, hatte der Back- und Brauprozess damals einen Hauch Mystik. Es hieß: „Backen und Brauen gelingt nicht immer.“ Tatsächlich war die Herstellung beider Produkte eng miteinander verknüpft: Nach dem Backtag kam der Brautag, das Bier entstand aus dem Brot. Daher heißt es auch im Märchen Rumpelstilzchen: „Heute back ich, morgen brau ich.“

Alle nachfolgenden Kombinationsmöglichkeiten und Vorschläge können lediglich eine erste Orientierung darstellen, um sich an die besten Kombinationen heranzutasten. Laut Auskunft des Deutschen Brauerbundes gibt es in Deutschland über 1.400 Braustätten, die zusammen rund 6.000 verschiedene Biere herstellen und jedes mit einem ganz charakteristischen Aromaprofil ausstatten. Zur Kombination stehen auf der anderen Seite allein 3.200 im Brotinstitut registrierte Brotsorten zu Verfügung, wie sie in den rund 11.000 Bäckereien Deutschlands in vielfältigen Varianten gebacken werden.



Dunkle Biere vertragen sich hervorragend mit dunklen Broten

Diese Zahlen machen deutlich, dass die Kombinationsmöglichkeiten von Brot und Bier aus Deutschland unfassbar groß sind. So etwas lässt sich nicht in einer Tabelle allgemeingültig zusammenfassen. Besondere Vorsicht ist angesagt, wenn Brote bei Verkostungen eingesetzt werden, die mit deutlichen Gewürz aromen aufwarten. Kümmel, Fenchel und Anis, die typischen deutschen Brotgewürze, können für das Bier eine spannende Ergänzung sein, aber eben manchmal auch einen unharmonischen Gesamteindruck hinterlassen. Theorie ist eine feine Sache, aber bei Brot und Bier entscheidet die Praxis. 🍷


Die klassische Brot-Bier-Paarung – im weitesten Sinne – ist ein Pils zum hellen Burgerbrötchen



Bier	Passende Brotsorte
Pils	Brotsorten, die einen milden, nicht zu kantigen Auftritt haben, um das Pils mit seiner eleganten Bitterheit im Abgang zum Held werden zu lassen; helle Weizenbrote, Toastbrot, Baguette, Ciabatta.
Helles	Milde Brote, die ein getreidiges, eher süßliches, malziges Aromaprofil aufweisen wie Weizen-, Weizenmisch-, Hafer-, Emmer-, Dinkel- oder Maisbrote; jeweils keine Vollkornvarianten. Vorsicht bei Brotgewürzen, die das Helle in seinem Aromaprofil überlagern, gerne jedoch eingesetzt werden.
Märzen	Roggen- oder Roggenmischbrote, durchaus ein wenig kernige Sorten mit Saaten oder Nüssen; jeweils keine Vollkornvarianten.
Festbier	Brote mit Biss und kräftigem Sauerteigaroma; die Säure wird wunderbar durch den süßen, wuchtigen Körper des Bieres ausbalanciert und in der Spitze abgemildert. Saaten und Nüsse können zusätzliche spannende Allianzen mit dem Bier eingehen.
Weizenbier	Weizen-, Dinkel- oder Emmerbrote, eher mild, aber mit einer leichten Säure durch den Sauerteig. Sie sollte jedoch nicht zu dominant sein; unterstützt die leichte Säure im Abgang des Weizenbieres perfekt (alkoholfreies, leichtes, helles Weizenbier). Für die bernsteinfarbenen und dunklen Weizenbiere können es Roggenbrotvarianten sein, die aber auch eher mild gesäuert sein sollten.
Kölsch	Buttertoast und Weizenbrote; Brote, die eher auf der fruchtigen, weniger auf der sauren Seite im Aromaprofil sind.
Altbier	Roggenvollkornbrote oder Schrotbrote
Dunkles	Dunkle Holzofenbrote, Land- und Bauernbrote mit eher dunklerem Mehl; die Kruste sollte ausgeprägt sein, jedoch nicht zu dunkel-röstig.
Heller Bock	Buchweizen-, Dinkel-, Sechskornbrote, die eine leichte Süße kombiniert mit einem Charakter mitbringen, um ein starker Gegenspieler zu sein.
Dunkler Bock	Früchtebrote oder Müslisemmeln; Brote, die einen hohen Fruchtanteil im Aroma haben und eine gewisse Süße aufweisen. Zusammen mit dem wuchtigen Bock, der meist einen vollen Körper aufweist, wird das ein mächtiges Genusserebnis.
Heller Weizenbock	Würzige, scharfe Brote wie Chillibaguette, Paprikabrot, Brote mit Gewürzen wie Curry oder Pfefferschoten. Die Schärfe wird wunderbar durch die voluminöse Süße des Weizenbocks abgemildert.
Dunkler Weizenbock	Dunkle Brote mit einem hohen Anteil an Sauerteig.
Schwarzbier	Nussige, helle Brotsorten zum Herstellen einer schönen Harmonie oder kernige Gegenspieler wie Pumpernickel, Gerstenvollkorn- oder Roggenschrotbrote.
Rauchbier	Dunkle Holzofenbrote, Land- und Bauernbrote mit eher dunklerem Mehl. Hier muss man sich aber sehr vorsichtig herantasten, denn je nachdem, welcher Grad des Rauchgeschmacks das Bier mitbringt, kann es im Gesamtauftritt zu sperrig werden.

Diese Empfehlungen wurden von Brot- und Bier-Sommelière Sandra Ganzenmüller erarbeitet

Rezept & Bilder: Bärbel Adelhelm

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

Vorteig

- ▶ 100 g Wasser
- ▶ 100 g Weizenmehl 550
- ▶ 2 g Frischhefe

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

Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ 400 g Weizenmehl 550
- ▶ 100 g Milch
- ▶ 80 g Lievito Madre
(alternativ Japanische
Hefe oder 10 g Frischhefe)
- ▶ 70 g Butter
- ▶ 25 g Honig
- ▶ 15 g Salz

Füllung

- ▶ 250 g Rinderhack
- ▶ 100 g braune
Champignons
- ▶ 5 Schalotten
- ▶ 2 Tomaten
- ▶ 1 grüne Paprikaschote
- ▶ 2 Eier
- ▶ ¼ Bund Thymian
- ▶ ½ Bund Petersilie
- ▶ Italienische Kräuter
- ▶ Salz
- ▶ Pfeffer
- ▶ Öl
- ▶ Semmelbrösel

Zum Besprühen

- ▶ Brezellaug



Laugenroulade



Diese Roulade ist heiß wie kalt ein Genuss. Unter dem knusprig-krossen Laugenmantel versteckt sich eine herzhafte Füllung mit Gemüse, Hackfleisch und Gewürzen. Sie eignet sich als Vorspeise oder – zusammen mit Beilagen nach Geschmack – als Hauptgang. So richtig lecker schmeckt die Roulade zu einem deftigen Bier oder einem vollmundigen Wein.

- ☞ Alle Zutaten, außer der Butter, für 5-10 Minuten zu einem festen Teig verkneten. Wenn er beim Kneten bröselig ist, noch schluckweise bis zu 50 g Wasser unterarbeiten.
- ☞ Dann die Butter in Stücken unterkneten, wodurch sich ein schön elastischer Teig ergibt.
- ☞ Den Teig in einer Schüssel abgedeckt etwa 4 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen. Er sollte sein Volumen in dieser Zeit mindestens verdoppeln.
- ☞ In der Zwischenzeit die Füllung zubereiten. Dazu die Champignons putzen und in Scheiben schneiden.
- ☞ Thymian und Petersilie kleinhacken, Schalotten schälen und in kleine Würfel schneiden. Paprika in feine Streifen schneiden, die Tomaten halbieren und aushöhlen. Nur das Fruchtfleisch kleinschneiden.
- ☞ Öl in einer Pfanne erhitzen und das Hackfleisch darin „krümelig“ anbraten.
- ☞ Champignons und Schalotten, Petersilie und Thymian kurz mitbraten.
- ☞ Paprika und Tomaten unterheben und mit den Gewürzen kräftig abschmecken.
- ☞ Wenn die Masse nur noch lauwarm ist, die Eier dazugeben und gründlich vermischen.
- ☞ Den Backofen auf 180°C Umluft vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen.
- ☞ Den Teig auf die Arbeitsplatte stürzen und zu einem Rechteck ausrollen – eventuell etwas bemehlen, damit er nicht klebt.
- ☞ Die Teigplatte auf das Backpapier geben und dick mit Semmelbrösel bestreuen. Einen 3-4 cm dicken Rand an der langen Seite frei lassen.
- ☞ Nun die Füllung drauf verteilen und mit Hilfe des Backpapiers von der langen Seite her zu einer Roulade formen. Wichtig ist, dass die Seite mit dem unbestreuten Streifen den Abschluss bildet – damit wird die Roulade verschlossen.
- ☞ Die Lauge nach Herstellerempfehlung vorbereiten und (zum Beispiel mit einer Blumenspritze) auf das Gebäck sprühen, einschneiden und 30-40 Minuten bei 180°C backen. 🍴

Schwierigkeitsgrad:	★★★
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Lievito Madre, Hefe
Teigkonsistenz:	bindig, fest
Zeit gesamt:	17,5-21,5 Stunden
Zeit am Backtag:	5-5,5 Stunden
Backzeit:	30-40 Minuten
Starttemperatur:	180°C
Backtemperatur:	180°C
Schwaden:	nein

Enten-Bagels

Tipp

Wer kein Chili mag, kann die Handkäsecreme natürlich auch pur herstellen.

MIRKO REEH
HANDKÄSE DELUXE 3



Besonders Fleischgerichte mit Geflügel haben zu festlichen Anlässen Hochsaison. Doch es muss nicht immer ein aufwändiger Braten sein – auch in kalter Form auf Brot sind richtig leckere (Vor-)Speisen möglich. Zum Beispiel diese einfachen Bagels, belegt mit Wildkräutern und geräucher-ten Entenbruststreifen.

Zutaten

- ▶ 4 Bagels (zum Beispiel Knusperbagels von Seite 75)
- ▶ 8 EL Handkäsecreme (ein Teil Handkäse mit einem Teil Schmand sowie Salz, Pfeffer und Chilisoße nach Geschmack püriert)
- ▶ 100 g Wildkräuter mit Blüten
- ▶ 1 Entenbrust (geräuchert)
- ▶ 2 Handkäse
- ▶ 4 eingelegte Gurken
- ▶ 1 Zwiebel (rot, groß)
- ▶ Salz
- ▶ Pfeffer

✦ Die Bagels waagrecht aufschneiden, die Handkäsecreme und die Wildkräuter auf den unteren Bagel-Hälften verteilen.

✦ Die Entenbrust, den Handkäse, die Gurken und die Zwiebel in Scheiben schneiden und darauf geben, mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Die oberen Bagel-Teile auflegen und ein wenig andrücken. ■

Dieses Rezept stammt aus dem Buch „Handkäse Deluxe 3“ von Mirko Reeh. Es ist als Book on Demand erschienen und hat 112 Seiten mit zahlreichen farbigen Abbildungen. Eine Vorstellung des Buches findest Du in der Rubrik „Inspiration – Literatur rund ums Backen: Bücher und Blogs“ in diesem Heft.



Rezept & Bild:
Tanja Schlund

 schlundis.blogspot.de



Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	Dinke, Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	bindig
Zeit gesamt:	2 Stunden
Zeit am Backtag:	2 Stunden
Backzeit:	25 Minuten
Starttemperatur:	220°C
Backtemperatur:	200°C nach 10 Minuten
Schwaden:	nein

Knusper-Bagels

Knusprige, selbstgebackene Bagels sind eine leckere Alternative zum bekannten Körnerbrötchen. Die Bagels nach diesem Rezept sind schnell zubereitet und man kann sie sowohl herzhaft als auch süß belegen.

- ☘ Die Hefe und den Zucker im Wasser auflösen. Alle Teigzutaten auf langsamer Stufe 2 Minuten vermischen, dann auf schnellerer Stufe 5 Minuten lang kneten.
- ☘ Den Teig 30 Minuten bei 24°C zu Gare stellen.
- ☘ Zehn Teiglinge abstechen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu Kugeln schleifen. Die Teiglinge 10 Minuten ruhen lassen.
- ☘ Mit einem bemehlten Kochlöffelstiel in der Mitte jeder Kugel ein Loch bohren und das Loch durch kreisende Bewegungen bis zu einem Durchmesser von etwa 4 cm erweitern.
- ☘ Die Bagels weitere 20 Minuten bei Raumtemperatur zur Gare stellen.
- ☘ Einen breiten Kochtopf bis zur Hälfte mit Wasser füllen, 20 g Honig zugeben und zum Kochen bringen.
- ☘ Jeden Bagel vorsichtig, mit der Oberseite zuerst, ins heiße Wasser gleiten lassen. Das Wasser sollte nicht mehr sprudeln. 20-30 Sekunden ziehen lassen, umdrehen und weitere 20-30 Sekunden ziehen lassen. Dann mit einer Schaumkelle herausholen, mit der Körner-Saaten-Mischung bestreuen oder die Bagels hineinlegen und aufs Backblech setzen.
- ☘ Die Bagels in den auf 220°C vorgeheizten Ofen geben und bei Ober-/Unterhitze 10 Minuten lang backen. Dann die Temperatur auf 200°C reduzieren und weitere 15 Minuten fertig backen. 🍴

Je länger man die Oberflächen der Bagels im siedenden Wasser ziehen lässt, desto knuspriger werden sie.

Tipp

Teig*

- ▶ 270 g Dinkelvollkornmehl
- ▶ 230 g Weizenmehl 550
- ▶ 320 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 15 g Frischhefe
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 10 g Zucker
- ▶ 15 g Öl

Zum Bestreuen

- ▶ 50 g Sonnenblumenkerne
- ▶ 50 g Kürbiskerne
- ▶ 20 g Haferflocken
- ▶ 20 g Leinsaat
- ▶ 20 g Blaumohn

Siedewasser

- ▶ 1.000 g Wasser
- ▶ 20 g Honig

*Ergibt 10 Bagels





Gänseschmalz-Flammkuchen

Wenig Aufwand, große Wirkung. Mit diesem Rezept verwandeln sich Reste vom Weihnachtsmenü in ein neues kreatives Gericht, das super zu geselligen Runden passt. Der Teig ist schnell angesetzt und flexibel in seiner Garzeit – beim Belag ist er nicht wählerisch und lässt der Kreativität freien Raum.

Zutaten*

- ▶ 200 g Dinkelmehl 630
- ▶ 50 g Dinkelmehl Vollkorn
- ▶ 140 g Wasser
- ▶ 20 g Lievito Madre (alternativ fester Sauerteig aus dem Kühlschrank)
- ▶ 10 g Gänseschmalz
- ▶ 5 g Salz

*Ergibt 2 große Flammkuchen

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Dinkel
Triebmittel:	Lievito Madre
Teigkonsistenz:	glatt, fest
Zeit gesamt:	2,5-25 Stunden
Zeit am Backtag:	30 Minuten
Backzeit:	12-14 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	250°C
Schwaden:	nein

☼ Die Zutaten auf kleinster Stufe etwa 8 Minuten mischen und weitere 6 Minuten auf schneller Stufe zu einem festen, glatten und homogenen Teig kneten, der nicht klebt.


☼ Den Teig abgedeckt 2 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen oder nach 30 Minuten in den Kühlschrank verfrachten und für weitere 4-24 Stunden im Kühlschrank reifen lassen.


☼ Den Teig auf bemehlter Arbeitsfläche portionieren, mit einem Rollholz ausrollen oder mit Feingefühl langziehen, nach Wunsch belegen und direkt bei höchstmöglicher Hitze im Ofen etwa 12-14 Minuten backen. 🍳

Tipp

Als Belag eignen sich zum Beispiel stark eingekochte (feste) Bratensauce oder BBQ-Sauce, Rotkohl, Klöße, Gänsefleisch und getrocknete Aprikosen oder eine Sauce aus körnigem Senf und Schmand, Grünkohl, Knödel und Mettenden oder Schinkenknacker in Scheiben. Hier darf kreativ experimentiert werden.

Text & Bilder: Ben Bembnista

 @brotpoet

 /brotpoet

 www.brotpoet.de



Rotwein-Butter



Diese Rotwein-Butter ist würzig, Cranberries geben ihr eine leichte Süße und am besten passt sie zu Steaks und anderem kräftigen Fleisch. Sie eignet sich aber auch zum Verfeinern von Soßen oder als Aufstrich mit besonderem Pepp. Selbst optisch macht die Butter mit ihrer Farbe eine gute Figur auf der Festtagstafel.

Zutaten

- ▶ 400 g Rotwein
- ▶ 250 g Butter (weich)
- ▶ 30 g Cranberries (getrocknet)
- ▶ 15 g Olivenöl
- ▶ 10 g Tomatenmark
- ▶ 10 g Honig
- ▶ 5 g Salz
- ▶ 6 Zweige Thymian
- ▶ 2 Zweige Rosmarin
- ▶ 2 Schalotten
- ▶ 1 Knoblauchzehe
- ▶ Pfeffer

☼ Rotwein mit Rosmarin und zwei der Thymian-Zweige aufkochen und reduzieren, bis noch zirka 80 ml Flüssigkeit übrigbleiben.


☼ Die Schalotten fein würfeln, den Knoblauch pressen. Beides mit den Cranberries, Salz, Pfeffer, Tomatenmark und Honig in einen hohen Becher geben.


☼ Die Rotweinreduktion noch heiß darüber geben und alles mit dem Pürierstab fein pürieren.

☼ Die weiche Butter, Olivenöl und die abgezupften Blättchen der übrigen Thymian-Zweige dazugeben und alles zusammen nochmal pürieren.

☼ Wer keinen Pürierstab hat, kann Schalotten, Cranberries, Knoblauch und die Thymian-Blätter auch sehr fein schneiden und mit den anderen Zutaten mit einem Handrührer vermischen. Dann wird die Butter jedoch etwas stückiger. 🍴

Rezept & Bild: Valesa Schell

 /groups/brotbackliebeundmehr

 www.brotbackliebeundmehr.com

Brezelterriner

Dass sich Brot auch hervorragend als Zutat in einer festlichen Hauptspeise eignet, beweist diese einfache Brezelterriner. Die schnell zubereitete Mahlzeit schmeckt herrlich würzig und ist eine gute Gelegenheit, nicht mehr ganz frisches Laugengebäck zu verarbeiten. Ein herzhaftes Lieblingsessen für die ganze Familie

Zutaten

- ▶ 250 g Laugengebäck
- ▶ 250 g Milch
- ▶ 1 Lauchstange
- ▶ 1 Bund Petersilie
- ▶ 4 Eier (Größe L)
- ▶ 150 g Fleischwurst
- ▶ 50 g Emmentaler (gerieben)
- ▶ Butter
- ▶ Salz
- ▶ Pfeffer
- ▶ Muskat

✿ Das Laugengebäck in dünne Scheiben schneiden und in eine Schüssel füllen.

✿ In einem Topf die Milch aufkochen und die Brotscheiben mit der kochend heißen Milch übergießen. 10 Minuten quellen lassen.

✿ Die Lauchstange putzen, waschen, in feine Ringe schneiden und in siedendem Salzwasser für 1-2 Minuten blanchieren. Mit kaltem Wasser abschrecken und in einem Sieb abtropfen lassen.

✿ Petersilie fein hacken. Die Eier in einer Schüssel verquirlen und zusammen mit der Petersilie und dem Lauch zum Brot geben. Die Masse mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und gut durchmengen.

✿ Fleischwurst in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden. Eine Kastenform (12 x 20 cm) mit Butter einfetten und abwechselnd Brotmasse und Fleischwurst in die Form einschichten. Zum Schluss mit dem geriebenen Käse bestreuen.

✿ Den Ofen auf 175°C Ober-/Unterhitze vorheizen und etwa 30-35 Minuten backen. Danach die Form 10 Minuten ruhen lassen. Im Anschluss die Terriner aus der Form stürzen und in Scheiben schneiden. ■

Dieses Rezept stammt aus dem Buch „Aufs Brot – Aufstriche und mehr“ von Maik Schacht. Es ist im Matthaes-Verlag erschienen und hat 160 Seiten mit zahlreichen farbigen Abbildungen. Eine Vorstellung des Buches findest Du in der Rubrik „Inspiration – Literatur rund ums Backen: Bücher und Blogs“ in diesem Heft.





Brot Laden

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

199,- EURO



Loaf-Nest

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

Weiden-Brotkörbe

Diese praktischen Weidenkörbchen für den Esstisch gibt es in zwei Größen: Oval, 20 x 30 Zentimeter oder rund mit 26 Zentimeter Durchmesser. Da macht die Brot-Präsentation gleich noch mehr Spaß. Das Körbchen kommt aus Bosnien und wurde fair gehandelt. Beide Varianten kommen in Naturfarbe. 🍞

9,- EURO

Standard
27,90 x 30,50 cm

Lang
27,90 x 43,20 cm

28,95 EURO

24,95 EURO

Vejibag

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

Food Huggers

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

Avocado

11,95 EURO

17,95 EURO

5er-Set

19,95 EURO

4er-Set groß

6er-Set klein

Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110



259,- EURO



FIDIBUS 21

FIDIBUS Classic



379,- EURO

229,- EURO



KoMo-Handmühle

Top-Mühlen namhafter Hersteller

KoMo

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

KoMoMio



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

Hawos

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



399,- EURO

199,- EURO



Mockmill 100

Mockmill

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

Mockmill 200

279,- EURO



Mockmill Professional 200

499,- EURO

399,- EURO



Mockmill Professional 100

Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

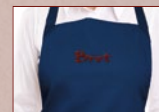
040/42 91 77-110

Die BROTSchürze

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

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

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



Blaubeere



Ingwer

BROTLeinen

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

BROTKorb

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

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

28,- EURO



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

Info

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

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

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

29,- EURO



BROTBeutel

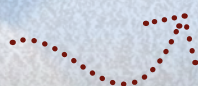
Leinen schützt Brot vor schneller Austrocknung und bietet ein ideales Klima für die Frischhaltung. Der Brotbeutel ist vorgewaschen, er ist also direkt benutzbar und wird bei erneutem Waschen nicht schrumpfen. Die Maße: 45x30 cm. ■

23,- EURO



Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110





18,50 EURO

Bee's Wrap Baguette
33,5 x 66 cm



14,- EURO

Bee's Wrap Sandwich
33 x 33 cm



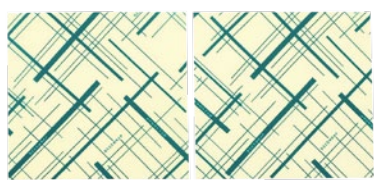
Bee's Wrap 3er-Set Käse
25 x 27,5 cm

22,- EURO



26,- EURO

Bee's Wrap Frühstückspause



54,- EURO



Natürliche Verpackung

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

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

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

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

23,- EURO



23,- EURO

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

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

Bee's Wrap Brot extra groß
43 x 58 cm



24,- EURO

Bee's Wrap 3er Set groß
33 x 35 cm

18,50 EURO



Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110





15,- EURO

Schneidbrett Buche

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



179,- EURO

Der Gär-Automat

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

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

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



15,- EURO



30,- EURO

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

Zusätzliches Gärblech für den Brod & Taylor Gärautomaten. 📏



Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110



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



BROTMesser, Hamburger

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

Ein weitere Besonderheit ist die Verwendung von nicht-rostfreiem Carbonstahl. In Europa haben mittlerweile die rostfreien Messer die Carbonstahlmesser fast völlig verdrängt, obwohl diese an sich zum Schneiden besser geeignet sind. Aufgrund ihres reicheren Kohlenstoffgehaltes (bei uns über 0,8%) können sie höher gehärtet und damit dünner und schärfer geschliffen werden. Zudem sind sie langlebiger. 🍷



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

BROTMesser, Ellenlang

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

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

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

Küchenthermometer

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



Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110





Walnussbrot

Vorteig

- ▶ 100 g Reismehl Vollkorn
- ▶ 100 g Wasser
- ▶ 1 g Frischhefe

Das Mehl und die Hefe im Wasser auflösen. 8-12 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen.

Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ 220 g Reismehl
- ▶ 65 g Kartoffelmehl
- ▶ 40 g Braunhirsemehl
- ▶ 25 g Goldleinsamenmehl
- ▶ 280 g Mineralwasser (mit Kohlensäure)
- ▶ 75 g Walnüsse
- ▶ 50 g Joghurt
- ▶ 45 g Lievito Madre (kalt, optional)
- ▶ 10 g Apfelessig
- ▶ 10 g Flohsamenschalen (gemahlen)
- ▶ 8 g Salz
- ▶ 5 g Frischhefe

Dieses saftige und aromatische Mischbrot kommt ganz ohne die Zugabe von zusätzlichen Bindemitteln aus. Durch das Goldleinsamenmehl erhält der Brotlaib die notwendige Bindung. Die Walnüsse verleihen dem Brot nicht nur einen tollen Geschmack, sondern auch einen knackigen Biss. Ein tolles Allround-Brot, das nicht nur zu Weihnachten schmeckt.



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

✿ Den Teig auf eine bemehlte Unterlage geben, rundformen und in ein gut bemehltes Gärkorbchen geben. Für eine wilde Kruste den Schluss nach unten legen. Abgedeckt 90 Minuten gehen lassen.

✿ Den Ofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Teigling nach Bedarf einschneiden und unter großzügigem Schwaden einschießen. Insgesamt 50 Minuten backen. 🍳

Rezept & Bild:
Daniela Kanka

 @zottenglueck_

 /zottenglueck

 www.zottenglueck.blogspot.de

Schwierigkeitsgrad: ★☆☆

Getreide: glutenfrei

Triebmittel: Hefe

Teigkonsistenz: bindig

Zeit gesamt: 10,5-12,5 Stunden

Zeit am Backtag: 2,5 Stunden

Backzeit: 50 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 250°C

Schwaden: beim Einschließen

Gewürzkuchen

Rezept & Bild:
Yvonne Buschhaus
 @glutenfrei_frollein
 /glutenfreifrollein
 www.glutenfrei-frollein.de

Schwierigkeitsgrad:	★★☆
Getreide:	glutenfrei
Triebmittel:	Backpulver, Natron
Teigkonsistenz:	weich, klebrig
Zeit gesamt:	80 Minuten
Zeit am Backtag:	80 Minuten
Backzeit:	60 Minuten
Starttemperatur:	200°C
Backtemperatur:	200°C
Schwaden:	nein

Wenn es in der Küche weihnachtlich-lecker nach Zimt, Anis und Schokolade duftet, dann könnte es an diesem glutenfreien Gewürzkuchen liegen, der darauf wartet, bald gegessen zu werden. Ein festlicher Hochgenuss, der auch „Glutenessern“ hervorragend schmeckt.

- ❖ Den Ofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- ❖ In einer Schüssel 200 g Margarine, Eier, Rohrzucker und Vanillezucker mit dem Rührgerät schaumig rühren.
- ❖ Haselnüsse, Mandeln, Mehl, Gewürze, Natron, Backpulver und Kakao in einer separaten Schüssel vermengen und anschließend zu der Zucker-Ei-Fett-Mischung geben. Alles gut mit dem Rührgerät verrühren und zu einem glatten Teig verarbeiten. Anschließend die gehackte Schokolade unterheben.
- ❖ Die Birnen schälen, entkernen und in kleine Stücke schneiden. Ebenfalls zum Teig geben.
- ❖ Eine Kastenform mit Margarine ausstreichen und mit gemahlenen Haselnüssen austreuen. Teig in die Form geben, glattstreichen und auf mittlerer Schiene 60 Minuten im Ofen backen. Wenn man ein Holzstäbchen in den Teig steckt, sollte nach dem Herausziehen kein Teig daran kleben bleiben – dann ist er fertig.
- ❖ Den Kuchen aus der Form stürzen, auskühlen lassen und mit der geschmolzenen Kuvertüre glasieren. Nach Geschmack zum Beispiel mit einigen gehackten Mandeln oder Puderzucker verzieren. 🍫

Zutaten

- ▶ 200 g Margarine (plus etwas mehr zum Fetten der Form)
- ▶ 170 g Rohrzucker
- ▶ 150 g Haselnüsse (gemahlen, plus etwas mehr zum Ausstreuen der Form)
- ▶ 150 g Kuvertüre (dunkel)
- ▶ 50 g Mandeln (gemahlen)
- ▶ 50 g Mandeln (gehackt)
- ▶ 50 g Buchweizenmehl
- ▶ 50 g Schokolade (dunkel, gehackt)
- ▶ 8 g Vanillezucker
- ▶ 8 g Backpulver
- ▶ 4 Eier
- ▶ 4 g Kakao
- ▶ 3 g Natron
- ▶ 3 g Zimt
- ▶ 2 Birnen (klein)
- ▶ 1 Prise Muskat
- ▶ 1 g Tonkabohne (frisch gemahlen)
- ▶ 0,5 g Anis (gemahlen)

Lachs- Haselnuss- Quiche

Teig

- ▶ 190 g Butter (gekühlt)
- ▶ 100 g Kichererbsenmehl
- ▶ 100 g Buchweizenmehl (plus etwas mehr zum Ausrollen)
- ▶ 100 g Speisestärke (Maisstärke)
- ▶ 100 g Wasser
- ▶ 75 g Sojamehl
- ▶ 9 g gemahlene Flohsamenschalen
- ▶ 5 g Salz
- ▶ 3 g Guarkernmehl
- ▶ 2 Eier

Füllung

- ▶ 240 g Blattspinat (tiefgekühlt)
- ▶ 150 g Schmand
- ▶ 150 g Streukäse
- ▶ 100 g Lachs (geräuchert)
- ▶ 50 g Weißwein
- ▶ 50 g Haselnüsse (gehackt)
- ▶ 10 g Butter (plus etwas mehr zum Einfetten der Form)
- ▶ 1 Schalotte
- ▶ 1 Eigelb
- ▶ Pfeffer
- ▶ Salz
- ▶ Muskat





Diese glutenfreie Quiche wird mit Kichererbsen-, Soja- und Buchweizenmehl gebacken und weihnachtlich mit Sternen oder Tannenbäumen aus Teig dekoriert. Mit einem frischen Salat als Beilage ist die Quiche ein leckeres Hauptgericht für Festtage.

✿ In einer Schüssel Kichererbsenmehl, Buchweizenmehl, Stärke, Sojamehl, Guarkernmehl, Flohsamenschalen und Salz mischen.

✿ Anschließend die beiden Eier sowie die 190 g Butter für den Teig in Flocken und die beiden Eier hinzugeben und mit dem Rührgerät unterrühren. Das Wasser nach und nach zugeben und 2-3 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten. Achtung: Es kann sein, dass nicht die kompletten 100 g Wasser benötigt werden, daher vorsichtig nach und nach hinzufügen.

✿ Den Teig mit den Händen zu einer Kugel formen, in Frischhaltefolie (besser: Wachspapier, zum Beispiel Bee's Wrap) wickeln und für 30 Minuten in den Kühlschrank legen. Währenddessen den Ofen auf 190°C Umluft vorheizen.

✿ Für die Füllung die Schalotte in kleine Stücke schneiden, die 10 g Butter in einer Pfanne zerlassen und die Schalotte darin anbraten. Den tiefgekühlten Spinat und den Weißwein hinzufügen und alles auf mittlerer Hitze 10-15 Minuten köcheln lassen, bis der Spinat vollständig aufgetaut ist.

✿ Den Schmand hinzugeben, unterrühren und mit Salz, Pfeffer sowie Muskat abschmecken. Parallel die Haselnüsse in einer zweiten Pfanne ohne Fett kurz anrösten.

✿ Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen, etwa ein Viertel des Teiges

auf einer mit glutenfreiem Mehl bestreuten Fläche rund 0,7 cm dick ausrollen und weihnachtliche Motive wie Sterne oder Tannenbäume ausstechen.

✿ Eine Quicheform mit Butter oder Margarine ausstreichen und mit der Hälfte der gerösteten Haselnüsse austreuen. Anschließend den restlichen Teig in die Form geben, glatt drücken und Ränder formen.

✿ Die Füllung auf den Teig geben und Räucherlachs, einige Haselnüsse und Käse darauf verteilen.


✿ Zum Schluss die ausgestochenen Teigformen mit Eigelb bestreichen, auf die Quiche legen und alles mit den restlichen Haselnüssen bestreuen.


✿ Die Quiche auf mittlerer Schiene in den Ofen geben und 45 Minuten backen. Dabei immer wieder kontrollieren. Wenn die Quiche zu braun wird, abdecken. 🍴


Tipp

Die Haselnüsse kann man auch durch Mandeln oder Sonnenblumenkerne ersetzen.

Rezept & Bilder:
Yvonne Buschhaus

 @glutenfrei_frollein

 /glutenfreifrollein

 www.glutenfrei-frollein.de

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	glutenfrei
Triebmittel:	keins
Teigkonsistenz:	bindig
Zeit gesamt:	90 Minuten
Zeit am Backtag:	90 Minuten
Backzeit:	45 Minuten
Starttemperatur:	190°C
Backtemperatur:	190°C
Schwaden:	nein

Lebkuchen-Brownies

Zutaten

- ▶ 150 g dunkle Schokolade (laktosefrei)
- ▶ 150 g Speisestärke (Maisstärke)
- ▶ 120 g Rohrzucker
- ▶ 100 g Margarine
- ▶ 50 g gemahlene Haselnüsse
- ▶ 50 g gehackte Mandeln
- ▶ 10 g Backpulver
- ▶ 2 g Lebkuchengewürz
- ▶ 3 g Guarkernmehl
- ▶ 3 g Flohsamenschalen (gemahlen)
- ▶ 2 g Salz
- ▶ 3 Eier
- ▶ Semmelbrösel, glutenfrei

Zum Bestreuen

- ▶ Puderzucker

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	glutenfrei
Triebmittel:	Backpulver
Teigkonsistenz:	weich, klebrig
Zeit gesamt:	50 Minuten
Zeit am Backtag:	50 Minuten
Backzeit:	30 Minuten
Starttemperatur:	180°C
Backtemperatur:	180°C
Schwaden:	nein

Diese leckeren Lebkuchen-Brownies sind perfekt für die Weihnachtszeit. Das Rezept ist glutenfrei, laktosefrei und dazu unkompliziert. Da sie ohne Mehl, nur mit Speisestärke und Mandeln und Nüssen gebacken werden, sind die Brownies auch ideal für Anfänger im glutenfreien Backen geeignet.

- ☼ Den Ofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- ☼ Die Margarine und die Schokolade in einem Wasserbad schmelzen lassen. Dabei aufpassen, dass kein Wasser reinspritzt, sonst klumpt die Schokolade.
- ☼ In einer Schüssel Eier und Zucker schaumig rühren. Die flüssige Margarine-Schokolade-Mischung sowie alle weiteren Zutaten dazugeben und alles zu einem glatten Teig verarbeiten.
- ☼ Eine Brownie-Form oder eine kleine Auflaufform (27 x 18 cm) einfetten und mit glutenfreien Semmelbröseln (alternativ mit gemahlenden Mandeln) austreuen.
- ☼ Den Teig in die Form geben, glattstreichen und auf mittlerer Schiene 30 Minuten backen. Wenn man ein Holzstäbchen in den Teig steckt, sollte nach dem Herausziehen kein Teig daran kleben bleiben – dann ist er fertig.
- ☼ Die Brownies kurz auskühlen lassen und noch warm schneiden. Dann nach Geschmack mit Puderzucker bestreuen. 🍴

Rezept & Bild: Yvonne Buschhaus

- 📷 @glutenfrei_frollein
- 📘 /glutenfreifrollein
- 🌐 www.glutenfrei-frollein.de

Tipp

Die Lebkuchen-Brownies kann man alternativ auch als glutenfreie Spekulatius-Brownies backen. Dafür statt Lebkuchengewürz dieselbe Menge Spekulatiusgewürz nehmen und statt gemahlener Haselnüsse gemahlene Mandeln. Außerdem noch zwei glutenfreie Spekulatiuskekse in kleine Stückchen brechen und hinzugeben.



Quinoa-Kekse

Diese glutenfreien Kekse duften dank Spekulatiusgewürz und Cranberries herrlich weihnachtlich und sind sehr schnell zuzubereiten. Das Ergebnis sind geschmackvolle Begleiter zum Weihnachtskaffee.

☼ Den Ofen auf 160°C Umluft vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen.

☼ In einer kleinen Schüssel das Quinoa-Mehl mit dem Flohsamenschalenpulver, Natron, Salz und Spekulatiusgewürz gründlich vermischen.

☼ Mit einem Handrührgerät den Zucker mit dem Kokosöl in einer anderen Schüssel schaumig rühren. Dann das Ei gründlich unterrühren. Wichtig ist, dass das Kokosöl nicht flüssig, sondern nur weich ist, ansonsten zerfließen die Kekse beim Backen geradezu.

☼ Die trockenen Zutaten hinzugeben und alles 2-3 Minuten vermischen, sodass ein fester Teig entsteht.

☼ Die Cranberries zugeben, dabei zwölf Stück zum Verzieren aufbewahren.

☼ Etwas Teig mit einem Esslöffel entnehmen, zu einer Kugel formen und flachdrücken. Den Vorgang wiederholen, bis der gesamte Teig aufgebraucht ist. Die Keksteiglinge mit etwa 4 cm Abstand auf das Backpapier legen. In die Mitte jedes Kekses eine Cranberry drücken.

☼ 7 Minuten backen, bis sie leicht braun werden. Noch etwas warm schmecken die Kekse am besten. 🍪

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	glutenfrei
Triebmittel:	Natron
Teigkonsistenz:	mittelfest, leicht klebrig
Zeit gesamt:	15 Minuten
Zeit am Backtag:	15 Minuten
Backzeit:	7 Minuten
Starttemperatur:	160°C
Backtemperatur:	160°C
Schwaden:	nein


Zutaten*

- ▶ 100 g Quinoamehl
- ▶ 100 g Kokosöl
- ▶ 80 g Vollrohrzucker
- ▶ 70 g getrocknete, gesüßte Cranberries
- ▶ 20 g Flohsamenschalenpulver
- ▶ 4 g Spekulatiusgewürz
- ▶ 3 g Natron
- ▶ 0,5 g Salz
- ▶ 1 Ei (Größe L)

*Ergibt etwa 12 Stück

Rezept & Bild: Julia Stüber

 @essenmitgefuehl

 www.essen-mit-gefuehl.de

Apfel-Nuss-Stollen

Rezept & Bild: Stephanie Reineke

 @mein_glutenfreier_backofen

 /meinglutenfreierbackofen

 www.meinglutenfreierbackofen.blog

Zutaten

- ▶ 250 g Reismehl (hell)
- ▶ 100 g Tapiokastärke
- ▶ 50 g Hirsevollkornmehl
- ▶ 250 g Quark
- ▶ 100 g Margarine
- ▶ 50 g Rohrohrzucker
- ▶ 15 g Backpulver
- ▶ 7 g Flohsamenschalen (gemahlen)
- ▶ 2 Eier
- ▶ 1 Prise Salz
- ▶ 1 Zitrone

Füllung

- ▶ 100 g Haselnüsse (gehackt)
- ▶ 60 g Milch
- ▶ 60 g Rohrohrzucker
- ▶ 25 g Margarine
- ▶ 10 g Aprikosenmarmelade
- ▶ 2 g Zimt
- ▶ 1 Apfel (klein)

Topping (optional)

- ▶ Margarine
- ▶ Puderzucker

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆☆

Getreide: glutenfrei

Triebmittel: Backpulver

Teigkonsistenz: fest, klebrig

Zeit gesamt: 1,5 Stunden

Zeit am Backtag: 1,5 Stunden

Backzeit: 50 Minuten

Starttemperatur: 180°C

Backtemperatur: 180°C

Schwaden: nein

Es gibt in Deutschland wohl kaum einen bekannteren Weihnachtskuchen als den Stollen. Er ist beliebt in verschiedenen Varianten – mit Marzipan, Nüssen oder ganz klassisch. Bei dieser glutenfreien Variante sorgen winterliche Zutaten wie Äpfel, Nüsse und Zimt für den typischen Geschmack.

❖ Alle trockenen Zutaten des Teiges in einer Rührschüssel mischen. Etwas Schale von der Zitrone abreiben, zusammen mit den weiteren Zutaten ebenfalls in die Schüssel geben und 2-3 Minuten verkneten. Den Teig zu einer Kugel formen und ruhen lassen.

❖ In der Zwischenzeit in einem kleinen Topf die Zutaten für die Füllung (bis auf den Apfel) erwärmen und etwa 10 Minuten bei geringer Hitze ziehen lassen, bis sich alles gut vermischt hat. Dann vom Herd nehmen.

❖ Den Apfel schälen, entkernen und in sehr feine Würfel schneiden, diese unter die Füllung rühren.

❖ Auf einer Arbeitsfläche den Teig zu einem etwa 30 x 40 cm großen Rechteck ausrollen, die Füllung darauf streichen, dabei einen etwa 2 cm breiten Rand lassen. Von den beiden sich gegenüberliegenden kurzen Seiten den Teig sehr eng zur Mitte hin aufrollen.

❖ Vorsichtig zu einer Stollenform drücken oder den Teig in eine gefettete Stollenform geben.

❖ Den Stollen bei 180°C Umluft etwa 50 Minuten backen. Anschließend auskühlen lassen.

❖ Wer es gerne süß mag, bestreicht den Stollen im noch warmen Zustand mit geschmolzener Margarine und bestreut ihn anschließend mit Puderzucker. ■



Tip

Glutenfreier Teig neigt im rohen Zustand zum Kleben und lässt sich daher schwierig formen. Am besten lässt sich der Teig auf einer Silikon-Backmatte verarbeiten. Das Aus- und Aufrollen gelingt damit sehr gut.

Lebkuchen

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	glutenfrei
Triebmittel:	Backpulver
Teigkonsistenz:	klebrig
Zeit gesamt:	40 Minuten
Zeit am Backtag:	40 Minuten
Backzeit:	22 Minuten
Starttemperatur:	175°C
Backtemperatur:	175°C
Schwaden:	nein

Tipp

Lebkuchengewürz lässt sich ganz einfach selbst herstellen. Dazu je 2 TL Zimt-, Muskatnuss-, Nelken- und Korianderpulver mit je 1 TL Kardamom-, Ingwer-, Anis- und Pimentpulver vermischen.

Was wäre die Weihnachtszeit nur ohne richtig leckere Lebkuchen? Mit dieser Variante kommen auch Menschen auf ihre Kosten, die kein Gluten vertragen. Zudem sind sie vollkommen frei von raffiniertem Zucker.

- ☘ Zuerst die trockenen Zutaten miteinander vermengen. Dann die Datteln und Aprikosen in sehr kleine Würfel schneiden und unter die trockenen Zutaten rühren.
- ☘ Wasser und Honig dazugeben und alles gut verrühren, bis eine gleichmäßige Masse entsteht.
- ☘ Die Oblaten mit einem spitzen Messer vorsichtig in der Mitte horizontal halbieren, sodass man zwölf dünne Oblaten erhält. Diese mit der glatten äußeren Seite auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Auf der rauen inneren Seite den Teig gleichmäßig verteilen.
- ☘ Um den Teig in die richtige Form zu bringen, die Fingerspitzen mit Wasser befeuchten und die Masse glatt verstreichen.
- ☘ Im vorgeheizten Backofen bei 175°C Ober-/Unterhitze auf mittlerer Schiene für 22 Minuten backen. Nach dem Abkühlen optional nach Geschmack mit Zuckerguss oder Zartbitterkuvertüre verzieren. 🍬

Zutaten


- ▶ 150 g Mandeln (gemahlen)
- ▶ 100 g Haselnüsse (gemahlen)
- ▶ 100 g Wasser
- ▶ 60 g Aprikosen (getrocknet)
- ▶ 50 g Datteln
- ▶ 50 g Honig
- ▶ 30 g Buchweizenmehl
- ▶ 20 g Tapiokastärke
- ▶ 5 g Backpulver
- ▶ 5 g Lebkuchengewürz
- ▶ 1 Prise Salz
- ▶ 6 glutenfreie Oblaten (Durchmesser 7 cm)

*Ergibt 12 Stück

Rezept & Bild: Nadine Metz

 @glutenfreibackenmitnadine

 /glutenfreibackenmitnadine

 glutenfrei backen mit Nadine

Dieses Rezept stammt aus dem Buch „Handkäse Deluxe 3“ von Mirko Reeh. Es ist als Book on Demand erschienen und hat 112 Seiten mit zahlreichen farbigen Abbildungen. Eine Vorstellung des Buches findest Du in der Rubrik „Inspiration – Literatur rund ums Backen: Bücher und Blogs“ in diesem Heft.



Zutaten

- ▶ 200 g Handkäse
- ▶ 200 g saure Sahne (alternativ Schmand)
- ▶ 25 g Trüffelbutter (alternativ Trüffelöl)
- ▶ 15 g Olivenöl
- ▶ 15 g Apfelessig
- ▶ Salz
- ▶ Pfeffer
- ▶ Frühlingszwiebeln

Handkäse-Trüffel-Creme

Das herbe Aroma von Handkäse wird bei diesem leckeren Brotaufstrich abgerundet von feinem Trüffel in Kombination mit knackigen Frühlingszwiebeln. Eine leckere Creme, die sich während der Feiertage wunderbar für Canapés oder andere Fingerfoods eignet.

✿ Alle Zutaten, bis auf die Frühlingszwiebeln, fein pürieren. Danach mit Salz und Pfeffer abschmecken.

✿ Mit feinen Frühlingszwiebelringen und nach Geschmack mit frisch gehobelten Trüffelscheiben dekorieren. ■

Glossar

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

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

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


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



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

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

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

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

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

Einschießen – Einführen des Teiglings in den Backofen mit Hilfe eines Schießers (Backbrett). Als Trennmittel zwischen Schießers 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**

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



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

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

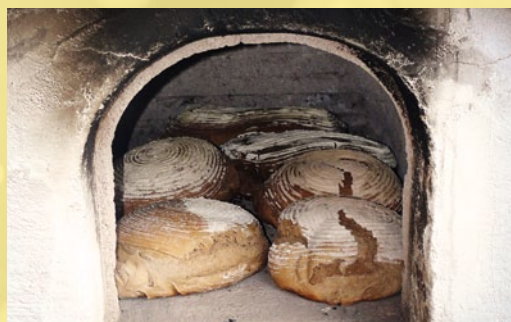
Krume – Das lockere und elastische Innere eines Brotes, das von der Kruste umgeben wird. Von der Krume hängt der Nährwert des Brotes ab. Geschmack und Geruch der Brotkrume werden nicht nur durch die Zutaten beeinflusst. Die Aromastoffe, die in der Kruste entstehen, ziehen aufgrund des Unterdrucks im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



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

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

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




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

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

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



<http://tinyurl.com/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**

Stockgare – Die Gärphase des kompletten, ungeformten Teiges nach dem Kneten und vor dem Aufarbeiten. Je nach Dauer der anschließenden Zwischengare und Stückgare sowie der zu erreichenden Gebäckigenschaften wird die Dauer der Gärphase festgesetzt. Während



der Teigruhe reift der Teig. Insbesondere verquellen die Mehlbestandteile, bei kleberwirksamen Mehlen entspannt das Klebergerüst. Außerdem wird die Reifung auch zum

Vermehren der Hefen genutzt. Ideale Temperaturen für die Stockgare liegen zwischen 20° und 28°C. Bei kühler Führung (4-10°C) über mindestens 6-8 Stunden entstehen während der Stockgare vielfältige Aromen. Die Stockgare kann durch Teigbearbeitungsprozesse (Dehnen und Falten) unterbrochen werden, um den Teig zu straffen, die Teigtemperatur zu vergleichmäßigen, die Teigstruktur zu beeinflussen und durch Gasaustausch den Stoffwechsel der Hefen anzuregen.

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

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

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



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



Weitere Sonderhefte aus der Brot-Redaktion



100 Seiten
Artikel-Nr.: BROGRIL19

€ 8,50



100 Seiten
Artikel-Nr.: BROSHFRUH

€ 7,50



100 Seiten
Artikel-Nr.: BROITALIEN

€ 8,50



100 Seiten
Artikel-Nr.: BROKREA

€ 8,50

040/42 91 77-110 oder www.alles-rund-ums-hobby.de

HERAUSGEBER
Tom Wellhausen

REDAKTION
Hans-Henny-Jahnn-Weg 51
22085 Hamburg

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

LEITUNG REDAKTION/GRAFIK
Jan Schönberg

CHEFREDAKTION
Sebastian Marquardt
(verantwortlich)

REDAKTION
Jan Schnare

AUTOREN
Bärbel Adelhelm, Nadja Alessi, Ben Bembnista, Yvonne Buschhaus, Michelle Deschner, Debora Gädtke, Gerda Göttling, Daniela Kanka, Sebastian Krist, Andreas Loos, Nadine Metz, Margarete Preker, Mirko Reeh, Stephanie Reineke, Valesa Schell, Tanja Schlund, Julia Stüber

FOTOS
Alex,
deagreez
Prostock-studio

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

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

GESCHÄFTSFÜHRER
Sebastian Marquardt
post@wm-medien.de

VERLAGSLEITUNG
Christoph Bremer

ANZEIGEN
Christoph Bremer (Leitung)
Sven Reinke, Julia Großmann

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

ABO- UND KUNDENSERVICE
Leserservice BROT
65341 Eltville

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

DRUCK
Grafisches Centrum Cuno GmbH & Co. KG
Gewerbering West 27, 39240 Calbe

Gedruckt auf chlorfrei gebleichtem
Papier. Printed in Germany.

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

BEZUG
Festlich Backen ist eine Sonder-
publikation der Zeitschrift BROT.
Bezug über den Fach-, Zeitschriften-
und Bahnhofsbuchhandel.
Direktbezug über den Verlag.

EINZELPREIS
Deutschland: € 8,50
Österreich: € 9,40
Schweiz: sFr 12,90
Benelux: € 9,80

GROSSO-VERTRIEB
VU Verlagsunion KG
Meßberg 1
20086 Hamburg

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

**Festlich
Backen**
Brot, Kuchen & Kekse

Ein Sonderheft der
Zeitschrift BROT

**DEUTSCHES
BROTINSTITUT e.V.**

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

**wellhausen
& marquardt**
Mediengesellschaft



GUTE DINGE
vorgestellt
VON FÜHRENDEN
FOODBLOGS

bon'gu
FÜR GENIESSER

DAS MEHL MACHT DEN UNTERSCHIED

Aromatisches Baguette, luftiges Ciabatta, herzhaftes Roggenbrot –
bongu.de liefert Europas beste Mehle aus einer Hand



Mit bon'gu-Mehlen hat
Dietmar Kappl (homebaking.at)
auf internationalen Brotwettbewerben
vielfach Goldmedaillen gewonnen

bongu.de & homebaking.at: vereinte Online-Kompetenz in Mehl & Bäckerei für beste Ergebnisse.
Kaufen Sie auf bongu.de und erhalten blitzschnell ihr Wunschemehl per Post.

Jetzt bestellen



€ 8,50

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