

Backen

INTERNATIONAL

FÜR EINSTEIGER + PROFIS

IN 30 REZEPTEN UM DIE WELT

*Mehr als 30 Rezepte
aus 27 Ländern*

mit ausführlich bebilderten
Schritt-für-Schritt-Anleitungen

EINGETAUCHT

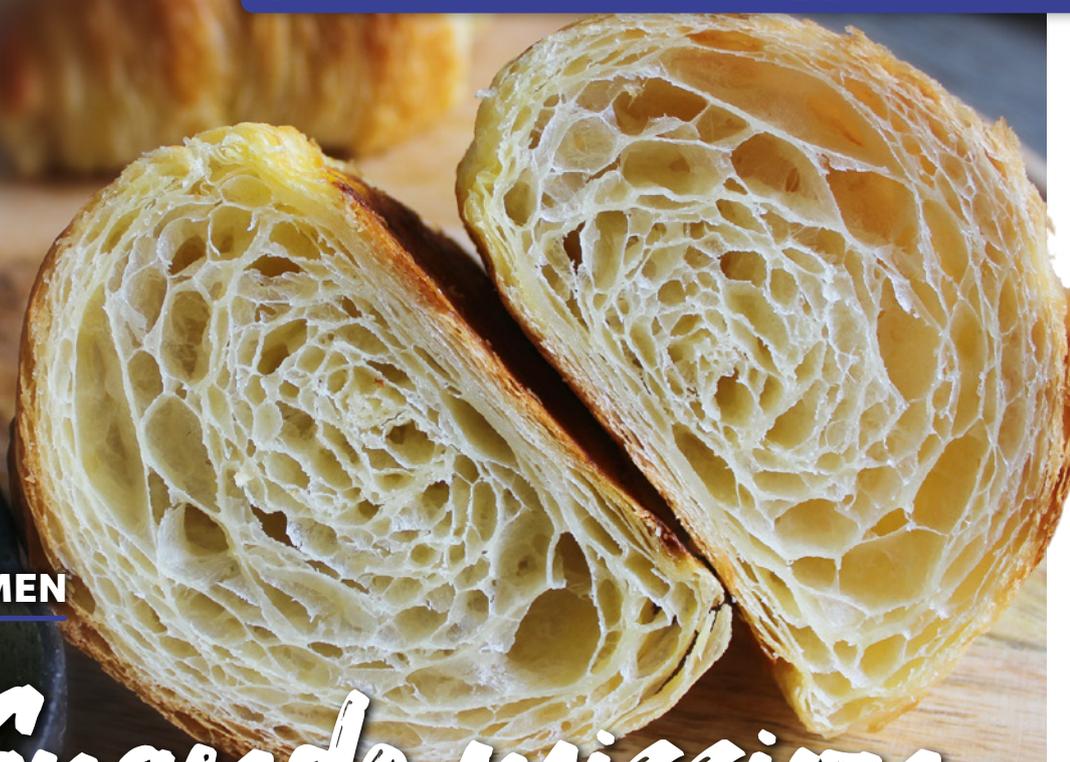
Rum Baba aus Italien

HERZERWÄRMEND

Wandelbare Pluschki
aus Russland

TÜRKEI ZUM MITNEHMEN

In wenigen Schritten
zu perfekten Açmalar



Grande mission So gelingen Croissants



8,50 EUR

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

Jetzt bestellen



Für ein gutes Brot benötigt man im Prinzip nur ein paar Dinge: Mehl, Wasser, Salz, Zeit – sowie eventuell ein bisschen Hefe. Und natürlich etwas Wissen darüber, was wichtig beim Brotbacken ist. Ob ein Brot gut schmeckt, eine tolle krachende Kruste hat und die Krume schön locker wird, hängt von mehreren Faktoren ab. Das Gute: Sie sind erlernbar.

In der **BROT**Fibel Basis-Wissen vermittelt die Expertin Valesa Schell auf leicht verständliche und praxisnahe Weise, was man beim Backen der ersten Brote wissen sollte. Dabei spannt sie den Bogen vom einfachen Hefe-Laib über den richtigen Umgang mit Sauerteig, Brüh- und Kochstücken bis zum Einsatz von Lievito Madre oder Hefewasser.

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

EDITORIAL

*Liebe Leserinnen,
liebe Lesen.*



Reisen bedeutet für mich, zu entdecken und zu erleben. Wenn ich in ein Land aufbreche, möchte ich Kultur und Menschen kennenlernen. Besonders gut geht das auf kulinarische Art. Seit einigen Jahren erkunde ich alleine, nur mit einem Rucksack, fremde Länder und probiere mich durch regionale Spezialitäten. Am liebsten natürlich direkt bei den Einwohnerinnen und Einwohnern selbst, um die authentische Küche zu erleben.

Wenn mir etwas besonders gut schmeckt, bringe ich die Zutaten aus einem Land gleich mit nach Hause. Dann kann ich die Gerichte in meiner eigenen Küche nachkochen und jederzeit einen kurzen geschmacklichen Abstecher zurück in den Urlaub machen. So habe ich es auch bei meinen Reisen nach Norwegen, Japan oder Amerika gemacht. Während meines Urlaubes in Korea hatte ich die einmalige Chance, bei einer Familie zu wohnen, die ich bei Instagram übers Backen kennengelernt habe. Wir haben zusammen gekocht und ich durfte hautnah sehen, wie die Menschen dort leben.

Solche Begegnungen sind es, die für mich die Faszination am Reisen ausmachen. In Afrika konnte ich bei dort lebenden Freundinnen und Freunden unterkommen. So nah an Kultur und Küche gelangt man sonst nur selten. Für wiederum andere Rezepte musste ich Deutschland nicht einmal verlassen: Die russischen Spezialitäten habe ich aus meiner eigenen Heimat „mitgebracht“, die polnischen Faworki hat mir meine Oma gezeigt.

Viele dieser Rezepte habe ich über Jahre gesammelt und in diesem Heft für Euch zusammengefasst. Sie alle haben eines gemeinsam: Beim Backen und beim Genießen schicken sie die Menschen auf eine Reise in ihre Heimat. Damit alle in den Genuss der teils

exotischen Back-Kreationen kommen können, erkläre ich Schritt für Schritt die Herstellung landestypischer Leckereien aus fast 30 Nationen. Die meisten der kreativen Rezepte sind auch bestens für Neulinge geeignet.

Ich freue mich, Euch mit **BACKEN International** auf eine kulinarische Reise um die Welt mitzunehmen. Auf den folgenden Seiten ist für jeden Geschmack etwas Leckeres dabei. Damit ist es ganz leicht, dem Alltag zu entfliehen und nach einem Bissen von Ghana oder Chile zu träumen. Schließt Eure Augen und genießt die ganze Welt des Backens.

Herzliche Grüße

Olga Rau

BACKEN International 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

Inhalt

Verschiedenes

Editorial	Seite 3
Mühlenfinder	Seite 43
BROTladen	Seite 52
Glossar	Seite 95
Vorschau/Impressum	Seite 98



6

Borodinsky



8

Pluschki



10

Buchteln



12

Skoleboller



15

Chatschapuri



18

Tea Bread



20

Kkwabaegi



22

Sausage Bread



24

Rúgbrauð



26

Açmalar



29

Kanelstang



32

Oliebollen



34

Naan-Brot



36

Lussekatter



40

Melonpan



44

Bánh Mì



46

Rum Baba



48

Empanadas



56

Cong You Bing



58

Lángos



60 Englische Muffins



62 Bagels



68 Croissants



72 Gua Bao



74 Pasteis de Nata



78 Trdelníki



82 Kubaneh



84 Churros



86 Ensaïmadas



88 Berliner



90 Franzbrötchen



92 Faworki

Wie dieses Heft funktioniert

Vorab

Alle Speisen in diesem Heft wurden ohne Zusatzstoffe in heimischen Küchen zubereitet sowie in handelsüblichen Haushaltsöfen gebacken.

Philosophie

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

Temperaturen

Mit Raumtemperatur sind 20-22°C gemeint. Weicht die Temperatur stark ab, hat das Einfluss auf die angegebene Zeit. Grobe Faustformel: pro 5°C verdoppeln oder halbieren sich Garzeiten.

Wasser

Vorsicht bei der Wasserzugabe. Jedes Mehl hat andere Eigenschaften und kann unterschiedlich viel Flüssigkeit binden. Daher sollte man mit weniger Wasser (20-30%) beginnen und den Rest gegebenenfalls nachschütten.

Zeitangaben

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

Sauerteig

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

Die Bewertung

Wir haben jedem Rezept einen Schwierigkeitsgrad zugeordnet.

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

Die Bewertung richtet sich danach, wieviel Aufwand und Vorkenntnis erforderlich 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 Sauerteig-Erzeugnis 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

Backen kommt nicht ohne Fachbegriffe aus. Ab Seite 95 findest Du daher ein Glossar, in dem alle wichtigen Fachbegriffe kurz erklärt werden. Für den tieferen Einstieg ins Back-Vokabular empfehlen wir die Website www.baeckerlatein.de

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

- @brotmagazin
- /BrotMagazin
- www.brot-magazin.de
- facebook.com/groups/brotforum

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

Russland



Die russische Kultur und Küche sind für ihre überschwängliche Großzügigkeit bekannt. Eine schier unüberblickbare Anzahl an Speisen wird aufgetischt – insbesondere, wenn die ganze Familie zum gemeinsamen Essen zusammenkommt. Verschiedene Sorten Fleisch, Gemüse und Beilagen, unterschiedliche Soßen, Salate – jemandem, der diese Kultur zum ersten Mal kennenlernt, gleicht dies einer kleinen kulinarischen Überforderung. Doch diese bietet auch eine große Chance: viele russische Spezialitäten auf einmal kennenzulernen. Wer Glück hat, findet auch typisch russisches Gebäck auf dem Tisch, wie Pluschki oder das Borodinsky.



NO KNEAD-REZEPT
kein Kneten erforderlich



Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Roggen, Weizen
Triebmittel:	Sauerteig, Hefe
Teigkonsistenz:	weich
Zeit gesamt:	16-17 Stunden
Zeit am Backtag:	4-5 Stunden
Backzeit:	50-60 Minuten
Starttemperatur:	240°C
Backtemperatur:	210°C nach 10 Minuten
Schwaden:	nein

Vorteig

- ▶ 100 g Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 80 g Wasser
- ▶ 20 g Anstellgut

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

Brühstück

- ▶ 75 g Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 200 g Wasser (kochend)
- ▶ 30 g Roggenmalzpulver
- ▶ 5 g Koriander (gemahlen)

Alle trockenen Zutaten mit dem kochenden Wasser übergießen und gründlich verrühren. Etwa 12 Stunden bei Raumtemperatur in einem luftdicht verschlossenen Behälter reifen lassen.

Hauptteig*

- ▶ Vorteig
- ▶ Brühstück
- ▶ 370 g Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 100 g Weizenmehl 812 (alternativ Weizenmehl 1050)
- ▶ 270 g Wasser
- ▶ 30 g Zuckerrübensirup
- ▶ 30 g Rohrohrzucker
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 1 g Frischhefe

TOPPING:

- ▶ 50 g Wasser (kalt)
- ▶ 5 g Maisstärke
- ▶ Koriandersamen (optional)

Borodinsky

Das Borodinoer Brot, auch Borodinsky genannt, ist ein klassisches russisches Roggenbrot und in jeder Bäckerei des Landes zu finden. Das Kochstück macht es besonders saftig, die Koriandersamen bringen einen wesentlich milderem Geschmack als die Blätter der Pflanze mit. Sie schmecken süß-würzig, ein wenig herb und verleihen dem Borodinsky eine dezente Zitrusnote.

- 🌐 Für den Hauptteig alle Zutaten etwa 5 Minuten mit den Händen verkneten. Dann 2-2,5 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur ruhen lassen.
- 🌐 Eine Kastenform (zirka 22 cm lang, 11 cm hoch) mit Butter ausstreichen.
- 🌐 Den Teig in die Form geben, mit nassen Händen die Oberfläche glattstreichen. Da dieser sehr weich ist, lässt er sich nicht – wie andere Teige – im klassischen Sinne formen. Abgedeckt bei Raumtemperatur 60-90 Minuten gehen lassen. Es bilden sich viele kleine Löcher auf der Oberfläche.
- 🌐 Den Ofen rechtzeitig auf 240°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- 🌐 Das Brot in den Ofen geben. Nach 10 Minuten die Temperatur auf 210°C reduzieren und weitere 40-50 Minuten backen.
- 🌐 Direkt aus dem Ofen aus der Form lösen. Das Wasser und die Maisstärke zum Bestreichen miteinander verrühren und leicht erhitzen, bis eine streichfähige und dickflüssige Masse entsteht. Das Brot bestreichen und nach Geschmack mit Koriandersamen bestreuen. 🍷

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	bindig
Zeit gesamt:	6,5-7 Stunden
Zeit am Backtag:	6,5-7 Stunden
Backzeit:	20 Minuten
Starttemperatur:	180°C
Backtemperatur:	180°C
Schwaden:	nein

Teig-Zutaten*

- ▶ 500 g Weizenmehl 550
- ▶ 200 g Milch (kalt)
- ▶ 40 g Milch (kalt, spätere Zugabe)
- ▶ 2 Eier (Größe M)
- ▶ 30 g Zucker
- ▶ 30 g Butter (kalt)
- ▶ 20 g Öl (neutral)
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 10 g Frischhefe
- ▶ 4 g Vanilleextrakt

TOPPING:

- ▶ 30 g Zucker
- ▶ 1 Ei (Größe M)
- ▶ 5 g Milch (kalt)

AUSSERDEM:

- ▶ 70 g Butter (flüssig)

*Ergibt 9 Pluschki



Pluschki

Pluschki sind ein sehr beliebtes russisches Hefengebäck, das es in vielen Varianten gibt. Der Zucker wird dabei im Teig reduziert und stattdessen direkt auf das Gebäck gestreut. So karamellisiert er während des Backens und verleiht diesen luftig-weichen Teilchen zusätzlichen Crunch. Optisch kommen sie in Herz-Form ganz verspielt daher. Und der Duft? Unwiderstehlich.

🌐 Alle Zutaten, bis auf 40 g Milch, etwa 10 Minuten auf schnellerer Stufe zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Die restliche Milch nach und nach hinzugeben. Den Teig 3 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur ruhen lassen. Nach 60 Minuten einmal dehnen und falten.

🌐 Den Teig auf die bemehlte Arbeitsfläche geben, in 9 gleichmäßig große, etwa 100 g schwere Portionen teilen und jeweils locker rundformen. (Bild 1-3) Die Teiglinge abgedeckt bei Raumtemperatur etwa 20 Minuten ruhen lassen.

🌐 Jeden Teigling zu einem Rechteck ausrollen und mit der flüssigen Butter (jeweils etwa 2 TL) bestreichen. (Bild 4)

🌐 Den bestrichenen Teig mit Zucker bestreuen. Von oben beginnend straff aufrollen. (Bild 5-6)

🌐 Von der geschlossenen Seite aus die beiden Enden zueinander führen. (Bild 7)

🌐 Ab der geschlossenen Seite mit einem Messer längs einschneiden, dabei jedoch nicht vollständig durchtrennen. (Bild 8)

🌐 Beim Schneiden entsteht eine Herzform. Diese vollenden, indem die Spitze des Herzens nach unten gedrückt wird. (Bild 9-10)



2. Rundformen, 1. Schritt



3. Rundformen, 2. Schritt



4. Bestreichen



5. Bestreuen



6. Aufrollen



7. Enden zueinander führen

🌐 Die Herzen mit ausreichend Abstand zueinander 90-120 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur ruhen lassen.

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

🌐 Das Ei und die Milch verrühren. Direkt vor dem Einschließen werden die Herzen mit der Masse bestrichen. (Bild 11)

🌐 In den Ofen geben und 20 Minuten goldbraun backen. 🍴



8. Einschneiden



9. Herzform



10. Enden formen



11. Bestreichen



Österreich



Nach einer anstrengenden Wanderung durch die Berge Österreichs, dem ausgiebigen Stadt-Spaziergang oder einem langen Tag auf der Ski-Piste gibt es nichts besseres, als eine warme, sättigende Mahlzeit in der traumhaften Kulisse der Alpen-Republik zu genießen. Ein Rezept, das bei diesen Worten neben dem bekannten Kaiserschmarrn zwangsläufig auf den (Speise-) Plan gerufen wird, sind Buchteln. Von Touristinnen und Touristen ebenso geliebt und geschätzt wie von den Einheimischen, sorgen die süß gefüllten Germknödel für ein wohliges, geborgenes Gefühl in der Magen-gegend – und bringen jede Menge positive Wohlfühl-energie. Aber selbstverständlich schmecken die auch Wuchteln genannten Knödel auch aus dem eigenen Ofen und bringen eine kleine Berg-Prise in die heimische Küche.



Buchteln



Buchteln sind süß gefüllte Germknödel, die üblicherweise mit einer warmen Vanillesoße serviert werden. Germ ist dabei die österreichische Bezeichnung für Hefe. Traditionell wird diese feine Süßspeise mit Pflaumenmus (Powidl) oder Marillenmarmelade gefüllt. Je nach Geschmack können jedoch auch andere Konfitüren oder sogar Füllungen aus Quark, Mohn sowie Nüssen verwendet werden.

Die Zutaten für den Teig 10 Minuten auf schneller Stufe verkneten. Den Teig abgedeckt 120 Minuten bei Raumtemperatur reifen lassen, nach 60 Minuten per Hand einmal durchkneten.

Den Teig in 11-12 Portionen zu jeweils zirka 55-60 g teilen. Die Teiglinge locker rundwirken und abgedeckt 15 Minuten bei Raumtemperatur entspannen lassen.

Währenddessen eine backfeste Form mit Butter einfetten.

Jeweils einen Teigling flachdrücken, mit einem Teelöffel das Pflaumenmus oder die Konfitüre mittig platzieren. Den Teigling gut verschließen, sodass eine gefüllte Kugel entsteht. Mit dem Schluss nach unten in die Form legen. Mit allen Teiglingen so verfahren.

Die Backform abdecken und 120 Minuten an einem warmen Platz (zirka 30°C) gehen lassen.

In der Zwischenzeit die Vanillesoße zubereiten. Milch, Sahne, Zucker und die Prise Salz in einen Topf geben und einmal aufkochen lassen. Eigelb, Vanilleextrakt und Stärke in einer separaten Schüssel gründlich verrühren. Die heiße Milch nun zu der Ei-Stärke-Masse geben und dabei ständig rühren, damit das Ei nicht stockt.

Sobald die Milch vollständig untergerührt ist, die gesamte Masse zurück in den Topf geben und bei mittlerer Stufe köcheln lassen, bis die Masse eindickt. Topf zur Seite stellen.

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

Die Buchteln mit der flüssigen Butter bestreichen und 20-22 Minuten im gut vorgeheizten Ofen backen. Etwas abkühlen lassen, mit Puderzucker bestreuen und noch warm mit der Vanillesoße servieren. 🍴

Vorteig

- ▶ 100 g Weizenmehl 550
- ▶ 100 g Milch (kalt)
- ▶ 5 g Frischhefe

Zutaten gründlich vermischen und abgedeckt 120 Minuten bei Raumtemperatur reifen lassen.

Hauptteig*

- ▶ Vorteig
- ▶ 300 g Weizenmehl 550
- ▶ 90 g Milch
- ▶ 20 g Zucker
- ▶ 2 Eigelb (Größe M)
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 5 g Frischhefe
- ▶ Abrieb ½ Bio-Zitrone (unbehandelt)

FÜLLUNG:

- ▶ Pflaumenmus oder Konfitüre

*Ergibt 11-12 Buchteln

Vanillesoße

- ▶ 170 g Milch (kalt)
- ▶ 100 g Süße Sahne
- ▶ 30 g Zucker
- ▶ 10 g Stärke
- ▶ 1 Eigelb (Größe M)
- ▶ 4 g Vanilleextrakt
- ▶ Prise Salz

AUSSERDEM:

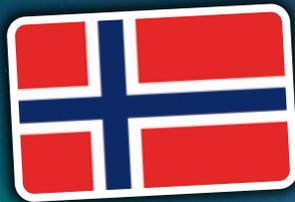
- ▶ 30 g Butter (flüssig, Raumtemperatur)
- ▶ Puderzucker zum Bestreuen



Schwierigkeitsgrad:



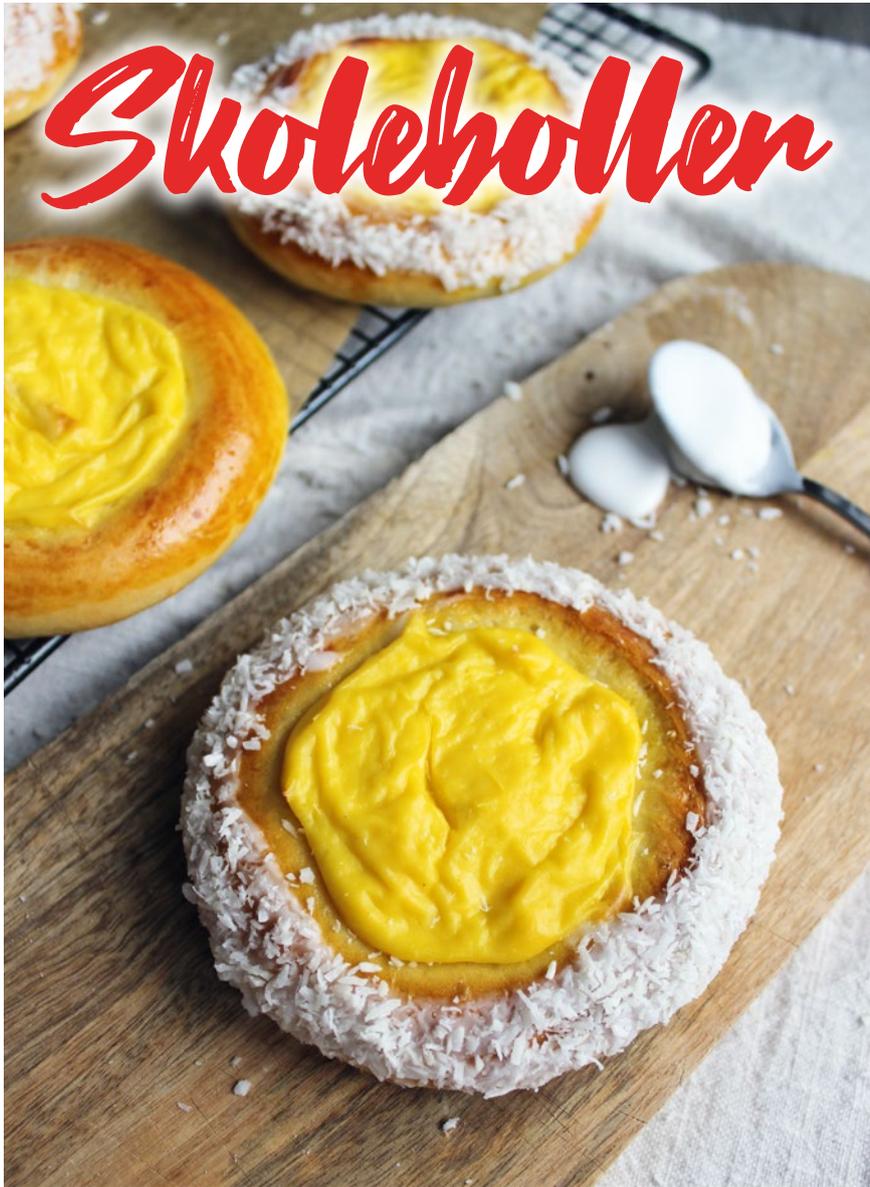
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	fest
Zeit gesamt:	6,5 Stunden
Zeit am Backtag:	6,5 Stunden
Backzeit:	20-22 Minuten
Starttemperatur:	200°C
Backtemperatur:	200°C
Schwaden:	nein



Norwegen

Norwegen ist bekanntlich das Land der Fjorde. Nicht umsonst gibt es Kreuzfahrten, deren Routen fernab von Karibik oder Metropolen durch malerische Landschaften führen und Teilnehmerinnen und Teilnehmern ein einzigartiges, oftmals atemberaubendes Naturerlebnis bieten. Doch dabei darf eines nicht fehlen: ein kulinarischer Einblick in das skandinavische Land. Wer könnte diesen besser gewähren als Skoleboller?





Skolebollen

Schwierigkeitsgrad:	★★★★
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	bindig
Zeit gesamt:	7,5 Stunden
Zeit am Backtag:	7,5 Stunden
Backzeit:	20-30 Minuten
Starttemperatur:	200°C
Backtemperatur:	200°C
Schwaden:	nein

Vorteig

- ▶ 100 g Weizenmehl 550
- ▶ 80 g Milch
- ▶ 3 g Frischhefe

Die Zutaten gründlich vermischen und 4 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur reifen lassen.



Hauptteig*

- ▶ Vorteig
- ▶ 400 g Weizenmehl 550
- ▶ 190-200 g Milch (kalt)
- ▶ 1 Eigelb (Größe M)
- ▶ 40 g Butter (kalt)
- ▶ 20 g Puderzucker
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 10 g Frischhefe
- ▶ 0,5 g Kardamom (optional)

- ZUCKERGLASUR:**
- ▶ 65 g Puderzucker
 - ▶ 20 g Wasser

- TOPPING:**
- ▶ Kokosraspeln

Skoleboller – übersetzt: Schulbrote – sind eine süße Variante des Pausen-Snacks aus Norwegen. Da wäre man gern nochmal Kind. Es heißt, die Kleinen haben dieses hübsche Gebäck früher als Proviant mit auf den Weg bekommen. All die Gewürze und Aromen harmonieren fertig gebacken wunderbar miteinander. Klar also, dass die Skoleboller mittlerweile auch in keiner Bäckerei Norwegens fehlen dürfen und weit mehr sind als ein Snack für den kleinen Hunger zwischendurch.

 Für den Hauptteig alle Zutaten etwa 10 Minuten auf schneller Stufe zu einem geschmeidigen Teig verkneten und 120 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur ruhen lassen. Nach 60 Minuten den Teig einmal kurz und kräftig von Hand durchkneten.

 Während der Teiggare den Vanillepudding zubereiten. (Rezept auf der nächsten Seite)

 Den Teig in 8-9 gleichgroße Teiglinge zu jeweils 95-100 g aufteilen und zu Kugeln rundschleifen. 20 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur ruhen lassen.

*Ergibt 8-9 Skoleboller

1. Platten formen



2. Mulde eindrücken



3. Füllen



Vanillepudding

- ▶ 250 g Milch
- ▶ 30 g Puderzucker
- ▶ 1 Ei (Größe M)
- ▶ 1 Eigelb (Größe M)
- ▶ 10 g Maisstärke
- ▶ 10 g Weizenmehl 405 (alternativ Weizenmehl 505)
- ▶ Prise Salz
- ▶ Vanilleextrakt

TOPPING:

- ▶ 1 Eigelb (Größe M)
- ▶ 5 g Wasser

50 g der Milch mit den restlichen Zutaten klumpchenfrei verrühren.

Die anderen 200 g Milch in einem Topf aufkochen lassen, dann sehr langsam sowie unter ständigem Rühren zu der restlichen Masse geben. Dieses Angleichen ist wichtig, damit das Ei nicht stockt und keine Klumpen bildet.

Wenn die Milch vollständig eingerührt ist, wird die gesamte Masse bei mittlerer Hitze im Topf erhitzt. Nach einiger Zeit dickt sie ein und der Pudding ist fertig. Damit er keine Haut bildet, wird er abgedeckt. Zur Seite stellen und abkühlen lassen.

4. Toppings vorbereiten



5. Bestreichen



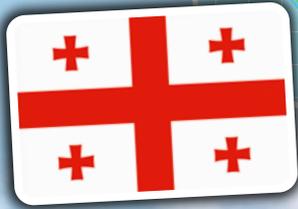
🌐 Die Kugeln mit der flachen Hand platt drücken, sodass kleine runde Platten entstehen. (Bild 1)

🌐 Abgedeckt bei Raumtemperatur 60 Minuten ruhen lassen.

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

🌐 Mit einem Glas eine Mulde in den Teig drücken. Das Eigelb mit dem Wasser verrühren und die Ränder damit bestreichen. Den Vanillepudding in die Mulde geben. (Bild 2-3)

🌐 Die Skoleboller 20-22 Minuten goldbraun backen. Den Zucker mit dem Wasser für die Glasur verrühren und die Teiglinge direkt nach dem Backen ringsherum damit bestreichen. Mit Kokosraspeln verzieren. (Bild 4-5) 🍴



Georgien

Regionale Einflüsse, Vielfalt und frische Zutaten – oft aus den Bergen – zeichnen die georgische Küche aus. Eine Speise kann im nächsten Ort schon wieder ganz anders schmecken, unterschiedliche Zubereitungen und Rezepte sind zu vielen Gerichten zu finden. Das macht die geschmacklichen Variationen des Landes am Schwarzen Meer so außergewöhnlich. Einflüsse aus anderen Staaten hingegen sind nur selten zu finden, man besinnt sich meist auf die eigene Kultur. Die inländische Vielfalt findet sich auch bei den Chatschapuri wieder. Für die Zubereitung des Gebäckes gibt es mehrere Varianten – etwa 50 verschiedene sind dokumentiert. Die in allen Teilen Georgiens, je nach Tradition, auf ihre eigene Art und Weise gebackenen Brote unterscheiden sich dabei in der Zubereitungstechnik, Form oder auch in der Käsesorte für die Füllung. Was viele von ihnen jedoch gemeinsam haben: Entweder die gewählte Form oder das zugefügte Eigelb sollen eine Sonne symbolisieren.





Teig-Zutaten*

- ▶ 300 g Weizenmehl 550
- ▶ 170 g Wasser
- ▶ 10 g Frischhefe
- ▶ 5 g Salz
- ▶ 5 g Zucker

Füllung

- ▶ 200 g Feta-Käse
- ▶ 125 g Mozzarella
- ▶ 30 g Milch (kalt)
- ▶ etwas Pfeffer

TOPPING:

- ▶ 4 Eigelb (Größe M)
- ▶ 2 Lauchzwiebeln
- ▶ 40 g Butter (kalt)

*Ergibt 4 Chatschapuri

Chatschapuri

(Adscharischen Art)

Für die Region Adscharien im Südwesten Georgiens ist ein bootförmiger Teigling charakteristisch. Während das Gebäck noch warm ist, tunkt man mit einem Teigstück in die Mitte und vermischt die Käsefüllung mit dem Eigelb. Gefüllt ist es in diesem Fall mit Mozzarella und Feta-Käse – für alle, die diese Milchprodukte lieben, ein echter Gaumenschmaus, der mit Eigelb und Frühlingszwiebeln verfeinert wird. Der Geschmack der Mischung kommt dem des georgischen Bergkäses nah, der im Original verwendet wird.

🌐 Für den Teig alle Zutaten etwa 10-15 Minuten schnell zu einem festen Teig verkneten und 12 Stunden abgedeckt im Kühlschrank ruhen lassen.

🌐 Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und etwa 2,5 Stunden abgedeckt ruhen lassen.

🌐 Den Teig in 4 Portionen zu je 125 g teilen und jeweils rundwirken. 30 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur entspannen lassen.

🌐 In der Zwischenzeit die Füllung zubereiten. Dafür den Mozzarella reiben und mit den übrigen Zutaten verrühren. Die Füllung in 4 gleiche Teile teilen.

🌐 Teiglinge mit der flachen Hand in eine ovale Form drücken und mit jeweils einer Portion Käsemasse mittig belegen. (Bild 1+2)

🌐 Die Enden zusammendrücken und das Päckchen wenden, sodass sich die Naht unten befindet. (Bild 3)

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	fest
Zeit gesamt:	17 Stunden
Zeit am Backtag:	5 Stunden
Backzeit:	16 Minuten
Starttemperatur:	230°C
Backtemperatur:	230°C
Schwaden:	nein



1. Rundwirken



2. Belegen



3. Formen



4. Einschneiden



5. Ränder formen



6. Auseinanderziehen

🌐 Längs einen Schlitz in das Päckchen mit jeweils 2 cm Abstand zu den spitzen Enden einschneiden (Bild 4) und die Ränder des Schnittes nach außen drücken. (Bild 5)

🌐 Die spitzen Enden nochmal etwas auseinanderziehen, damit sie ausgeprägt erscheinen. (Bild 6)

🌐 Die Teiglinge 60 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur zur Gare stellen.

🌐 Den Ofen rechtzeitig auf 230°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

🌐 Die Teiglinge auf ein Blech geben und 14 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen, eine kleine Mulde in die Mitte drücken und jeweils ein Eigelb hineingeben. Die Chatschapuri nochmals 2 Minuten in den Ofen geben.

🌐 Die Butter in 4 gleichgroße Teile schneiden. Nach dem Backen das Gebäck mit jeweils einem Stück Butter belegen und mit gehackten Lauchzwiebeln bestreuen. 🍴



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



Viele verschiedene Ofenmodelle und -größen für jede Küche und Backstube sowie professionelles Zubehör!

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

HÄUSSLER

Bausätze für das eigene Backhaus

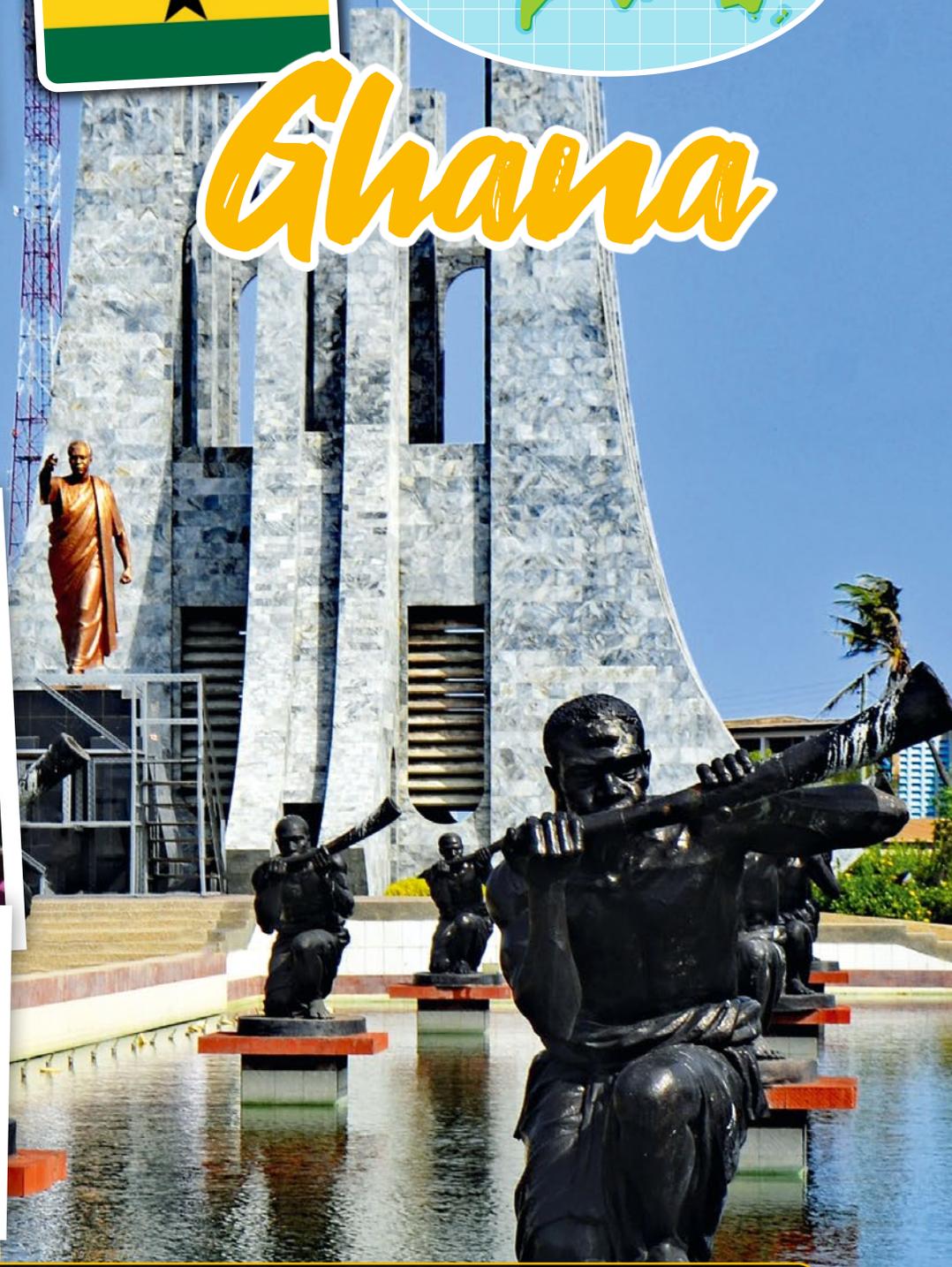


Mit den Bausätzen von Häussler bauen Sie Ihr eigenes Backhaus im Garten – individuell nach Ihren Wünschen und Anforderungen. Sie erhalten von uns den „heißen Kern“ mit perfekt aufeinander abgestimmten Elementen. So genießen Sie die überragende Backqualität aus dem Holzbackofen. Ein Stück Lebensqualität!

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



Ghana



Brot ist in Ghana relativ einfach und günstig zu bekommen, dagegen ist die Auswahl jedoch sehr begrenzt. Meist handelt es sich um süßes Weißbrot oder Fladenbrote mit nicht allzu aufwändiger Herstellung, wie beispielsweise das Sugar Bread oder das Butter Bread. Beide passende Beilagen zu einem würzigen Mahl. So auch das Tea Bread. In Ghana isst man dieses sehr gerne zum Afternoon Tea – ein Artefakt aus der britischen Kolonialherrschaft, die bis 1957 andauerte. Doch nicht nur dieser Brauch wurde im westafrikanischen Land durch die Briten kultiviert: Die Amtssprache ist immer noch Englisch, obwohl knapp 80 Sprachen in dem Staat gesprochen werden. So verwundert es nicht, dass die meisten Ghanaerinnen und Ghanaer mehrere Sprachen fließend beherrschen – wer das Land besucht, hat so die Möglichkeit, einen direkten Zugang zu den Bewohnerinnen und Bewohnern zu bekommen und die Kultur und Gepflogenheiten aus nächster Nähe kennenlernen zu dürfen.

Tea Bread

Das ghanaische Tea Bread ist ein mildes, hell gebackenes Gebäck und bekommt regelmäßig den Zusatz „soft“ zugesprochen. Besonders lecker ist es mit knuspriger, dünner Kruste ganz frisch aus dem Ofen. Es wird am besten frisch verzehrt. Der Naturjoghurt verleiht der Krume eine ganz besondere Saftigkeit, die Muskatnuss einen einzigartigen Geschmack. Gegessen wird es gerne mit ein wenig Olivenöl.

🌐 Die Zutaten 10 Minuten schnell zu einem geschmeidigen Teig verkneten, diesen dann zu einer Kugel formen und abgedeckt 120 Minuten bei Raumtemperatur zur Gare stellen. Nach 60 Minuten den Teig kurz und kräftig kneten.

🌐 Den Teig in zwei gleich große, etwa 350 g wiegende Portionen teilen und straff langwirken. Abgedeckt 120 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.

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

🌐 Die Laibe dünn mit dem Mehl bestreuen, sodass sich eine dünne Schicht auf den Laiben bildet. In den Ofen geben und 20-25 Minuten backen. Beim Einschließen Schwaden, nach 5 Minuten ablassen. 🍴

Schwierigkeitsgrad:	☆☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	fest
Zeit gesamt:	4,5 Stunden
Zeit am Backtag:	4,5 Stunden
Backzeit:	20-25 Minuten
Starttemperatur:	180°C
Backtemperatur:	180°C
Schwaden:	beim Einschließen,, nach 5 Minuten ablassen

Teig-Zutaten*

- ▶ 400 g Weizenmehl 550
- ▶ 170 g Wasser (warm)
- ▶ 60 g Naturjoghurt
- ▶ 40 g Butter (flüssig)
- ▶ 20 g Zucker
- ▶ 10 g Frischhefe
- ▶ 8 g Salz
- ▶ 2 g Muskatnuss (gerieben)

TOPPING:

- ▶ 20 g Weizenmehl 550

*Ergibt 2 Tea Breads

Tipp:

Klassischerweise wird das Brot hell gebacken. Wer mag, kann es aber auch ein wenig länger im Ofen lassen.





Südkorea

Viele asiatische Geschmacksrichtungen sind in Europa mittlerweile gut bekannt. Die koreanische gehört nicht überall dazu, Restaurants gibt es hierzulande nur vereinzelt. Doch hat man die Chance, ein solches zu besuchen, erwarten den Gast nicht nur gesunde, sondern ausgesprochen leckere, aber für den europäischen Gaumen auch sehr scharfe Speisen. Kimchi, scharf eingelegter Kohl, ist wohl die bekannteste. Auch Gerichte mit Ei, Koriander und viel Gemüse laden zum Besuch in Südkorea ein. Wer auf der Suche nach klassisch koreanischem Gebäck ist, wird bei Kkwabaegi und Sausage Bread fündig.





Kkwabaegi

Twisted Donuts – die englische Übersetzung der südkoreanischen Kkwabaegi könnte nicht treffender sein. Den frittierten, eingedrehten Teigstangen, die zum Abschluss in Zimtzucker gewälzt werden, verleiht insbesondere das Kochstück eine fluffige Konsistenz. Die Milch sorgt für eine saftige Krume des Gebäcks.

🌐 Die Zutaten für den Teig auf schnellerer Stufe 10 Minuten verkneten. Den Teig 120 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen. Nach einer Stunde mit der Hand kurz durchkneten.

🌐 Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und in 12-13 gleich große Teiglinge zu jeweils 70 g teilen und locker rundwirken. Abgedeckt bei Raumtemperatur 15 Minuten entspannen lassen.

🌐 Jeweils einen Teigling zu einer etwa 30 cm langen Rolle mit zirka 3 cm Durchmesser formen (Bild 1). Den Teigstrang jeweils von der Mitte aus ineinander verdrehen. Die Enden zusammenlegen und verschließen.

🌐 Abgedeckt 60 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.

🌐 Zimt und Zucker vermischen.

🌐 Speiseöl zum Frittieren in einen Topf füllen und bei mittlerer Hitze auf zirka 160-170°C erhitzen. Zur Probe ein kleines Stück vom Teig in das Öl geben: Wenn sich drumherum Bläschen bilden und das Stück aufsteigt, ist das Öl heiß genug.

🌐 Die Teiglinge nacheinander vorsichtig in den Topf geben. Alle müssen genug Platz haben und an der Oberfläche schwimmen können. Von jeder Seite 2 Minuten goldbraun backen.

🌐 Aus dem Topf nehmen und abtropfen lassen. Während das Gebäck noch heiß ist, in Zimtzucker wälzen. Warm genießen. 🍴

Schwierigkeitsgrad:



Getreide:

Weizen

Triebmittel:

Hefe

Teigkonsistenz:

fest

Zeit gesamt:

5,5 Stunden

Zeit am Backtag:

5,5 Stunden

Backzeit:

4 Minuten

Schwaden:

nein

Kochstück

▶ 25 g Weizenmehl 550

▶ 125 g Milch (kalt)

▶ 5 g Salz

Die Zutaten kalt verrühren. Bei mittlerer Hitze und unter ständigem Rühren erhitzen. Die Masse dickt nach kurzer Zeit ein und nimmt eine puddingartige Konsistenz an. Dann die Masse in ein geeignetes Gefäß füllen und abdecken. Mindestens 120 Minuten, maximal bis zu 48 Stunden im Kühlschrank auskühlen lassen.

Hauptteig*

▶ Kochstück

▶ 475 g Weizenmehl 550

▶ 180 g Milch (kalt)

▶ 1 Ei (Größe M)

▶ 40 g Butter (kalt)

▶ 30 g Zucker

▶ 10 g Frischhefe

▶ 5 g Salz

ZIMTZUCKER:

▶ 100 g Zucker

▶ 5 g Zimt

AUSSERDEM:

▶ 1.000 g Speiseöl
(neutral, zum Frittieren)

*Ergibt 12-13 Kkwabaegi



Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	fest
Zeit gesamt:	6 Stunden
Zeit am Backtag:	6 Stunden
Backzeit:	20-25 Minuten
Starttemperatur:	190°C
Backtemperatur:	190°C
Schwaden:	nein



Vorteig

- ▶ 200 g Weizenmehl 550
- ▶ 130 g Milch (kalt)
- ▶ 5 g Frischhefe

Die Zutaten vermischen, kurz mit der Hand verkneten und abgedeckt 120 Minuten bei Raumtemperatur reifen lassen.

Hauptteig*

- ▶ Vorteig
- ▶ 100 g Weizenmehl 550
- ▶ 50 g Milch (kalt)
- ▶ 30 g Butter (weich)
- ▶ 20 g Zucker
- ▶ 5 g Salz

Füllung

- ▶ 9 kleine Rindswurstchen (alternativ Wiener Würstchen)
- ▶ 125 g Mozzarella (Abtropf-Gewicht)
- ▶ 1 Zwiebel (klein)
- ▶ 1 Paprika (klein, grün)
- ▶ 60 g Mais (abgetropft)
- ▶ 50 g Tomaten-Ketchup
- ▶ 20 g Mayonnaise
- ▶ Salz
- ▶ Pfeffer

EISTREICHE:

- ▶ 1 Ei (Größe M)
- ▶ 10 g Wasser

*Ergibt 8-9 Sausage Breads

Sausage Bread

Sausage Bread findet sich in jeder Bäckerei Südkoreas, oft auch in kleinen mobilen Imbissständen, die sie ofenfrisch verkaufen. In seiner Aufmachung erinnert das Gebäck zwar sehr an einen Hotdog, geschmacklich eher an Pizza. In Korea werden sie Sosiji Ppang genannt, übersetzt ganz einfach Wurst-Brot.

🌐 Die Zutaten für den Teig zirka 10 Minuten bei schnellerer Geschwindigkeit verkneten.

🌐 Den Teig zu einer Kugel formen und abgedeckt 120 Minuten bei Raumtemperatur zur Gare stellen.

🌐 In dieser Zeit die Füllung vorbereiten. Den Mais abtropfen lassen, mit Küchenpapier trockentupfen und kleinhacken. Die Paprika und die Zwiebel in kleine Würfel schneiden und zum Mais geben. Mozzarella in kleine Würfel schneiden und separat bereitstellen.

🌐 Den Teig in 8-9 gleichmäßige, etwa 60 g wiegende Portionen teilen und jede locker rundwirken.

🌐 Die Teiglinge jeweils mit den Händen flachdrücken. (Bild 1)

🌐 Die Wurst auflegen. (Bild 2)

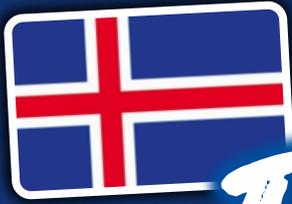
🌐 Die Teigenden oben auf der Wurst verschließen, sodass diese vom Teig umhüllt ist. (Bild 3)



Tipp:
Sobald sie einmal fertig gebacken sind, lassen sie sich auch hervorragend einfrieren und bei Bedarf problemlos wieder aufwärmen.

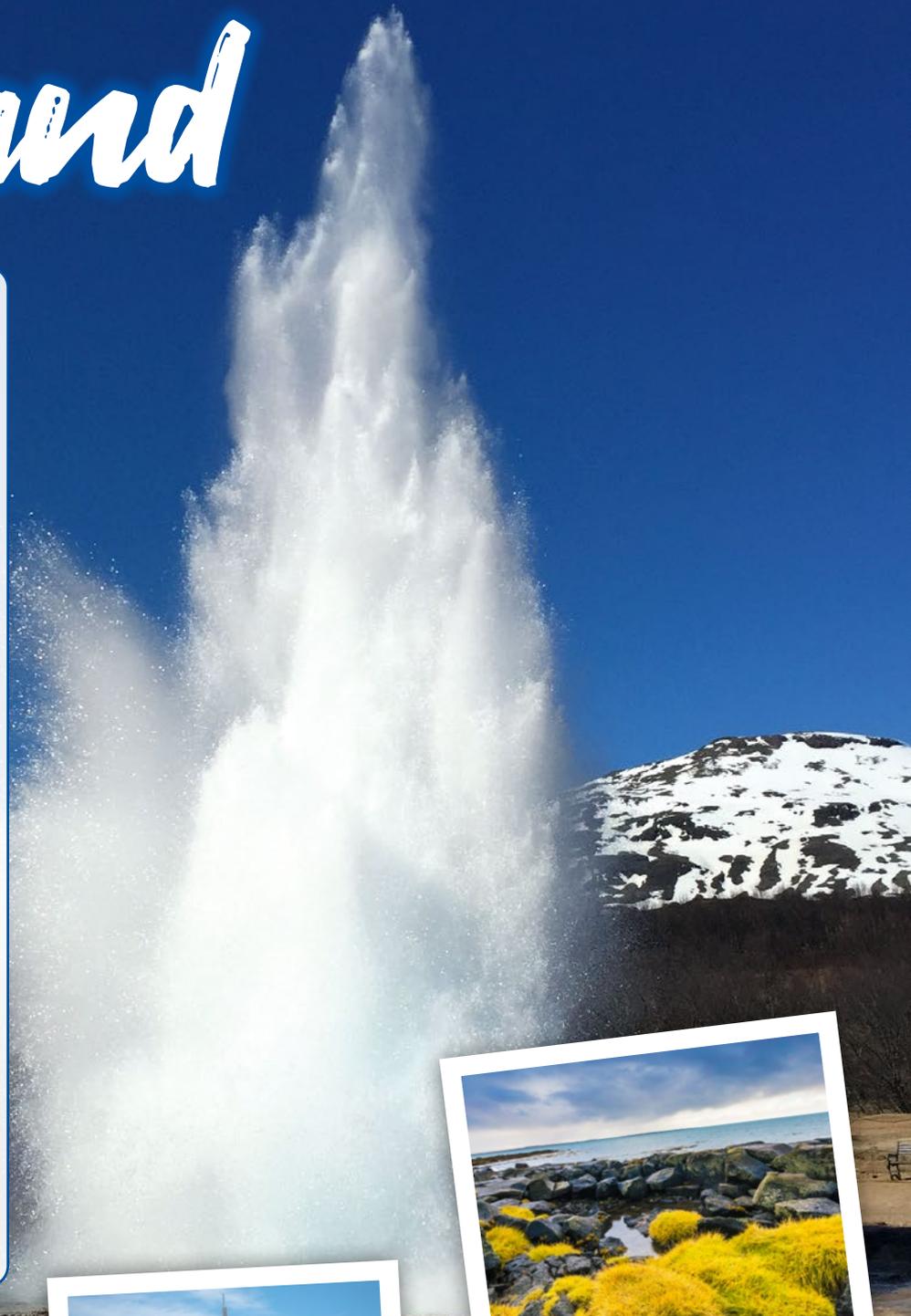
- 🌐 Die Teiglinge auf der Arbeitsfläche vorsichtig hin und her rollen, um den Teig zu glätten.
- 🌐 Die Teiglinge von oben zirka 6 bis 7 mal einschneiden. Dabei den Teig unter der Wurst nicht durchtrennen. Die Teigstücke im Wechsel je rechts und links ablegen. (Bild 4-6)
- 🌐 Die Teiglinge abgedeckt bei Raumtemperatur 60 Minuten zur Gare stellen.
- 🌐 Den Ofen rechtzeitig auf 190°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

- 🌐 Die außenliegenden Teigflächen mit der Eistreiche benetzen.
- 🌐 Mayonnaise zu der Mais-Paprika-Zwiebelmischung geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 🌐 Jeweils einen Esslöffel des Toppings auf einen Teigling geben und leicht andrücken. Den Mozzarella darüber verteilen und mit dem Ketchup garnieren. (Bild 7)
- 🌐 Die Teiglinge in den vorgeheizten Ofen geben und 20-25 Minuten goldbraun backen. Warm servieren. 🍴



Island

Island als kalte Insel bietet nur eine geringe Auswahl an Rohstoffen und so mussten sich die Bewohnerinnen und Bewohner einiges einfallen lassen, um Lebensmittel möglichst haltbar zu machen. Aber auch mit frischen Zutaten überzeugt die isländische Küche. Gemüse ist deutlich weniger Umweltbelastungen ausgesetzt. Das bessert das Geschmackserlebnis. Und hervorragender Fisch darf bei der Lage natürlich auf keinem Speiseplan fehlen. Für das Brotbacken eigneten sich die heißen Quellen, die sich in der Nähe von Vulkangebieten befinden, besonders. Diese so genannten Geysire stoßen in unregelmäßigen Abständen Wasser aus dem Boden. Und zwar immer dann, wenn es im Erdboden auf heiße Steine trifft. Schnell zubereitet und in einen Tontopf verstaut, wurden die Teige so in der Nähe dieser heißen Quellen eingebuddelt und über mehrere Stunden gedünstet. Aus diesem Grund hört man im Zusammenhang mit dem Rúgbrauð, dem typisch isländischen Brot, auch häufig den Begriff „Geysirbrot“. Mangel heißer Quellen wird das Brot ganz unspektakulär im Ofen gebacken.



Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	Roggen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	weich
Zeit gesamt:	12,5 Stunden
Zeit am Backtag:	12,5 Stunden
Backzeit:	12 Stunden
Starttemperatur:	100°C
Backtemperatur:	100°C
Schwaden:	nein

Rúgbrauð

NO KNEAD-REZEPT

kein Kneten erforderlich

Rúgbrauð ähnelt nicht nur in seiner Zubereitung dem Pumpernickel. Es ist aber deutlich süßer und überrascht mit Hefe als Triebmittel. Das kompakte und malzig-süßliche Brot eignet sich für einmalige Geschmackskompositionen. Süßes, Deftiges und gar salziger Fisch machen sich wunderbar auf einer Scheibe Rúgbrauð.

Teig-Zutaten

- ▶ 500 g Roggenmehl 1370
- ▶ 350 g Milch
- ▶ 50 g Wasser
- ▶ 120 g Zuckerrübensirup
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 5 g Trockenhefe

Tipp:

Alternativ zum Roggenmehl 1370 können auch 330 g Roggenmehl 1150 und 170 g Roggenmehl Vollkorn verwendet werden.

- 🌐 Den Ofen auf 100° C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- 🌐 Alle Zutaten gründlich miteinander vermischen.
- 🌐 Eine Backform (zirka 30 cm) mit Backpapier auslegen und den Teig hineingeben. Die Teigoberfläche befeuchten und glattstreichen. Die Kastenform dann dicht verschließen.
- 🌐 Den Kasten in den vorgeheizten Ofen geben und 12 Stunden backen. 🍴

Tipp

Ideal ist eine verschließbare Backform. Alternativ kann eine offene Form zunächst in Backpapier, dann in Alufolie gehüllt werden. Es sollte keinen direkten Kontakt zwischen Teig und Alufolie geben.



Die Türkei zählt zu den beliebtesten Urlaubszielen der Europäerinnen und Europäer. Fernab von Massentourismus und Hotelanlagen hat sie noch sehr viel mehr zu bieten als All-inclusive-Buffets oder Animationsprogramm am Pool. Wer es schafft, in die Kultur des am Bosphorus liegenden Landes einzutauchen, wird in einen Traum aus dem Orient entführt – und zwar mit allen Sinnen. Dabei stößt man unweigerlich auf unbekannte Aromen und Düfte, die nur zu gern im Koffer mit in die Heimat genommen werden möchten. Sind sie doch geprägt von europäischen wie asiatischen Einflüssen, die sich ebenso in den verschiedenen Traditionen der einzelnen Landesteile widerspiegeln. Glück allen, die sich diese im heimischen Backofen zaubern können.



Türkei

Açmalar

Açmalar sind mild-süße und ausgesprochen weiche Kringel, die es ofenfrisch in jeder türkischen Bäckerei zu kaufen gibt. Üblicherweise werden sie zu einer Tasse schwarzen Tees serviert. Belegt machen sie sich auch gut als Sandwich „to go“. Gefüllte Varianten stehen hoch im Kurs, beispielsweise mit Schafskäse und gehackter Petersilie. Einen sehr intensiven und einzigartigen Geschmack bekommen sie, wenn sie mit Schwarzkümmel bestreut werden.

Teig-Zutaten*

- ▶ 400 g Weizenmehl 550
- ▶ 135 g Milch (kalt)
- ▶ 100 g Wasser (kalt)
- ▶ 15 g Zucker
- ▶ 10 g Frischhefe
- ▶ 10 g Speiseöl (neutral)
- ▶ 8 g Salz

AUSSERDEM:

- ▶ 40 g Butter (flüssig)

EISTREICHE:

- ▶ 1 Eigelb (Größe M)
- ▶ 20 g Wasser

TOPPING:

- ▶ Mohn und Sesam
- ▶ Schwarzkümmel (nach Bedarf)

*Ergibt 8 Açmalar



Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	bindig, weich
Zeit gesamt:	5-5,5 Stunden
Zeit am Backtag:	5-5,5 Stunden
Backzeit:	10-15 Minuten
Starttemperatur:	200°C
Backtemperatur:	200°C
Schwaden:	nein





1. Auseinanderdrücken



2. Falten



3. Einschneiden



4. Drehen



5. Enden verbinden



6. Topping

🌐 Die Zutaten für den Teig zirka 10 Minuten auf schnellerer Stufe zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Den Teig abgedeckt 120 Minuten zur Gare stellen. Nach 60 Minuten kurz per Hand durchkneten.

🌐 Die Arbeitsplatte dünn mit flüssiger Butter einfetten. Den Teig darauf geben und mit den Händen vorsichtig zu einem etwa 50 x 40 cm großen Rechteck auseinanderdrücken (Bild 1). Sollten Risse entstehen, ist das nicht ausschlaggebend. Sie sind im Endergebnis nicht mehr zu sehen. (Sollte der Teil beim Ausziehen zu widerspenstig sein, lässt man ihn 1-2 Minuten entspannen und macht dann weiter.)

🌐 Den Teig mit Butter benetzen und einmal von der kurzen Seite zur Mitte zusammenfalten. Abermals den Teig mit Butter bestreichen und nochmal zur Mitte hin falten, sodass ein Rechteck von etwa 30 x 20 cm entsteht. (Bild 2)

🌐 Den Teig 15 Minuten bei Raumtemperatur abgedeckt entspannen lassen.

🌐 Den Teig mit einem Messer entlang der kurzen Seite in 8 gleichmäßige Stränge schneiden. (Bild 3)

🌐 Jeden Strang an den Enden in entgegengesetzte Richtungen drehen. (Bild 4)

🌐 Die Enden miteinander verbinden, sodass Kringel entstehen. (Bild 5)

🌐 Teiglinge auf ein Backblech setzen und 90-120 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur ruhen lassen.

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

🌐 Ei und Milch für die Eistreiche verquirlen. Die Teiglinge mit der Eistreiche benetzen und nach Geschmack mit Mohn und Sesam (oder Schwarzkümmel) bestreuen. (Bild 6)

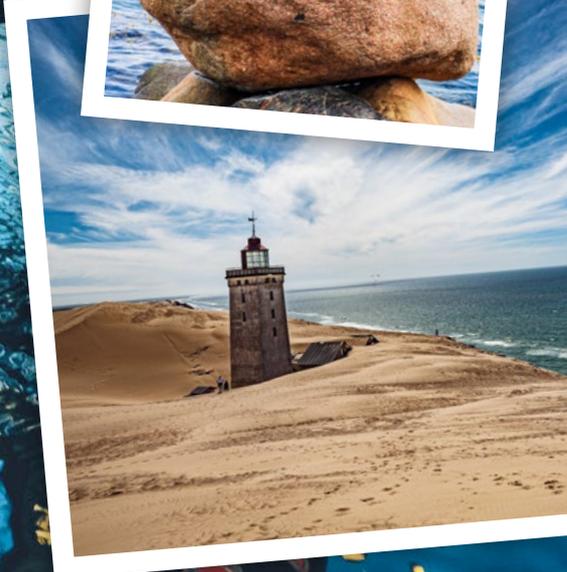
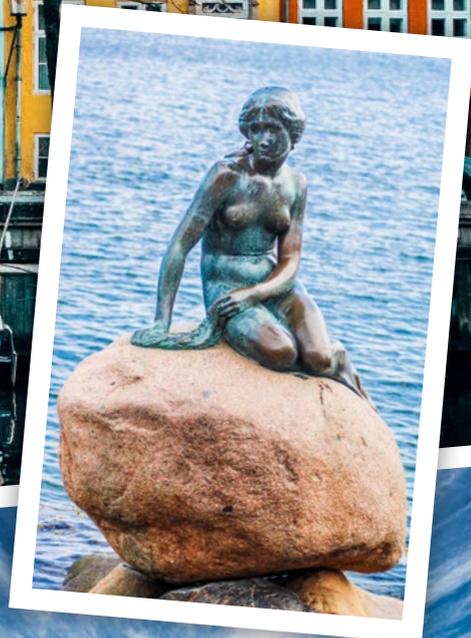
🌐 In den Ofen geben und 10-15 Minuten goldbraun backen. 🍴

Tipp

Sollte noch flüssige Butter übrig sein, können die Kringel nach dem Backen damit bestrichen werden.



Dänemark



Hygge ist DER dänische Begriff für Gemütlichkeit. Hygge ist darüber hinaus auch ein Ausdruck für Glück sowie Wohlbefinden – und die Däninnen und Dänen schaffen es, dass sich dieser Terminus in alle Bereiche des Lebens integrieren lässt. Hygge verkörpert einen wesentlichen Bestandteil der dänischen Lebensweise und Tradition, die für Herzlichkeit und Gemütlichkeit steht. Besonders zu Weihnachten und der kalten Jahreszeit, denn die dänischen Winter sind lang und kalt, gibt es nichts Gemütlicheres als Kerzenschein und eine ofenfrische Köstlichkeit für wohlige Stunden. Im Sommer sind es dann das Picknick im Park oder das gemeinsame Grillen mit Freunden. Für alle Anlässe scheint die Kanelstang einfach wie gemacht.



Teig-Zutaten

- ▶ 400 g Weizenmehl 550
- ▶ 225 g Milch (kalt)
- ▶ 2 Eigelb (Größe M)
- ▶ 20 g Zucker
- ▶ 15 g Frischhefe
- ▶ 5 g Salz

ZIMTZUCKER:

- ▶ 150 g Butter (weich)
- ▶ 130 g Zucker
- ▶ 10 g Zimt
- ▶ 10 g Weizenmehl 550
- ▶ 1 Prise Salz

Pudding

- ▶ 150 g Milch (kalt)
- ▶ 30 g Zucker
- ▶ 20 g Butter (kalt, spätere Zugabe)
- ▶ 10 g Speisestärke
- ▶ 4 g Vanilleextrakt

EISTREICHE:

- ▶ 1 Eigelb (Größe M)
- ▶ 30 g Milch (kalt)

Kanelstang

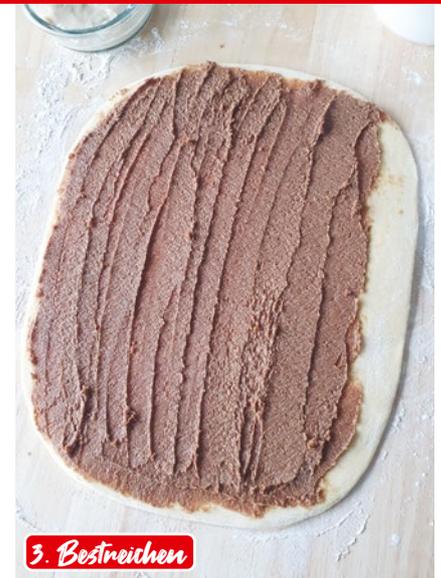
Kanelstang bedeutet übersetzt einfach: Zimtstange. Praktisch ist die Form, denn das Gebäck präsentiert sich gut auf dem Tisch. Bei einem geselligen Beisammensein können sich einfach alle ein Stück abbrechen und zu einem warmen Kakao oder Kaffee schlemmen. Wer Hygge lebt, genießt und nimmt sich Zeit für besonders leckere Momente.

🌐 Alle Teig-Zutaten 10-15 Minuten schnell zu einem geschmeidigen Teig verkneten und 30 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur zur Gare stellen. Anschließend 12-14 Stunden abgedeckt im Kühlschrank ruhen lassen.

🌐 Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und 90 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur akklimatisieren lassen.

🌐 Währenddessen für den Zimtzucker alle Zutaten gut miteinander vermischen.

🌐 Für den Pudding alle Zutaten, bis auf die Butter, in einem kleinen Kochtopf unter ständigem Rühren langsam erhitzen. Die Masse dickt nach einigen Minuten ein. Den Topf vom Herd nehmen, 15 Minuten abkühlen lassen und die Butter einrühren. Abgedeckt abkühlen lassen.



🌐 Den Teig mit etwas Mehl zu einem abgerundeten, 40 x 45 cm großen Rechteck ausrollen und mit dem Zimtzucker bestreichen. Dabei einen kleinen Streifen an einer der langen Seiten aussparen. (Bild 1-3)

🌐 Den Pudding über den Zimtzucker gleichmäßig verteilen, ebenfalls den Streifen aussparen. (Bild 4)

🌐 Den Teig beginnend von der dem Streifen gegenüberliegenden, langen Seite her aufrollen. Um die Rolle zu verschließen, das ausgesparte Stück mit etwas Wasser befeuchten. Mit dem Schluss nach unten legen.

🌐 Den Teig von oben mit einer Schere etwa zur Hälfte einschneiden und die Teigstücke im Wechsel nach links und rechts legen. (Bild 5-6)

🌐 Den Teigling 90 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur ruhen lassen.

🌐 Den Ofen rechtzeitig auf 190°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Eigelb mit der Milch zur Eistreiche verrühren.

🌐 Die Kanelstang mit der Eistreiche bestreichen, in den Ofen geben und 20-25 Minuten goldbraun backen. 🍴



Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	fest
Zeit gesamt:	17-19 Stunden
Zeit am Backtag:	4-6 Stunden
Backzeit:	20-25 Minuten
Starttemperatur:	190°C
Backtemperatur:	190°C
Schwaden:	nein





Niederlande



In Holland gibt es nur Pommes und Frikandeln, sonst kann man dort nichts essen – ein hartnäckiges und auch falsches Vorurteil über die Nordeuropäerinnen und Nordeuropäer. Roher Hering, Bitterballen oder auch Stampot führen die Liste der Gerichte an, die man bei einem Besuch in dem Königreich des Hauses Oranien-Nassau ganz oben auf die To-eat-Liste setzen sollte. Wer sich für einen Urlaub im Land der Tulpen entscheidet, kann sich auf eine beeindruckende Hauptstadt Amsterdam freuen, die entlegenen Winkel mit dem Fahrrad erkunden oder ganz authentisch mit Holzschuhen einen Käse kaufen, um noch einmal auf Klischees zurückzukommen. Und vielleicht fällt ja auch der ein oder andere Oliebollen ab, der heiß gegessen werden möchte?



Oliebollen

Was im deutschsprachigen Raum als (Faschings-)Krapfen, Fastnachtsküchle, Kreppel, Pfannkuchen oder Berliner bekannt ist, sind in den Niederlanden die beliebten Oliebollen. Dieses Schmalzkuchen-ähnliche Gebäck bieten Gastgeberinnen und Gastgeber typischerweise über den Jahreswechsel am Silvesterabend zum Nachtschma an. Die mehr oder wenig runden Bällchen werden mit Rosinen und frischen Äpfeln zubereitet und anschließend mit Puderzucker bestreut.

- 🌐 Apfel schälen, entkernen und würfeln.
- 🌐 Die Rosinen, Apfelwürfel und das Mehl für die Füllung verrühren und abgedeckt aufbewahren.
- 🌐 Für den Teig alle Zutaten, außer das Mehl, gründlich miteinander verrühren. Das Mehl zugeben und zu einer homogenen Masse verrühren. Dann die Rosinen und Äpfel unterrühren und den Teig 120 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen.
- 🌐 Speiseöl in einem Topf bei mittlerer Stufe erhitzen. Die Temperatur sollte zwischen 160 und 180°C liegen. Zur Probe ein kleines Stück vom Teig in das Öl geben: Wenn sich drumherum Bläschen bilden und das Stück aufsteigt, ist das Öl heiß genug.
- 🌐 Den Teig mit zwei Esslöffeln portionieren. Mit dem einen Löffel den Teig aus der Schüssel nehmen und mit dem zweiten Löffel den Teig abstreifen und in das heiße Fett geben. Die Kugeln sollten zur Hälfte mit Öl bedeckt sein. Etwa 2-3 Minuten von jeder Seite goldbraun ausbacken. Dann aus dem Öl nehmen und abtropfen lassen. Mit Puderzucker bestreuen und noch warm genießen. 🍴

NO KNEAD-REZEPT

kein Kneten erforderlich

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	flüssig
Zeit gesamt:	2,5 Stunden
Zeit am Backtag:	2,5 Stunden
Backzeit:	4-6 Minuten

Teig-Zutaten*

- ▶ 300 g Weizenmehl 550 (spätere Zugabe)
- ▶ 300 g Milch
- ▶ 1 Ei (Größe M)
- ▶ 5 g Salz
- ▶ 5 g Zucker
- ▶ 3 g Trockenhefe

Füllung

- ▶ 10 g Weizenmehl 550
- ▶ 140 g Apfel
- ▶ 120 g Rosinen

TOPPING:

- ▶ Puderzucker

AUSSERDEM:

- ▶ Speiseöl (neutral)

*Ergibt 20-25 Oliebollen

Tipp:

Die 3 g Trockenhefe können durch 9 g Frischhefe ersetzt werden.

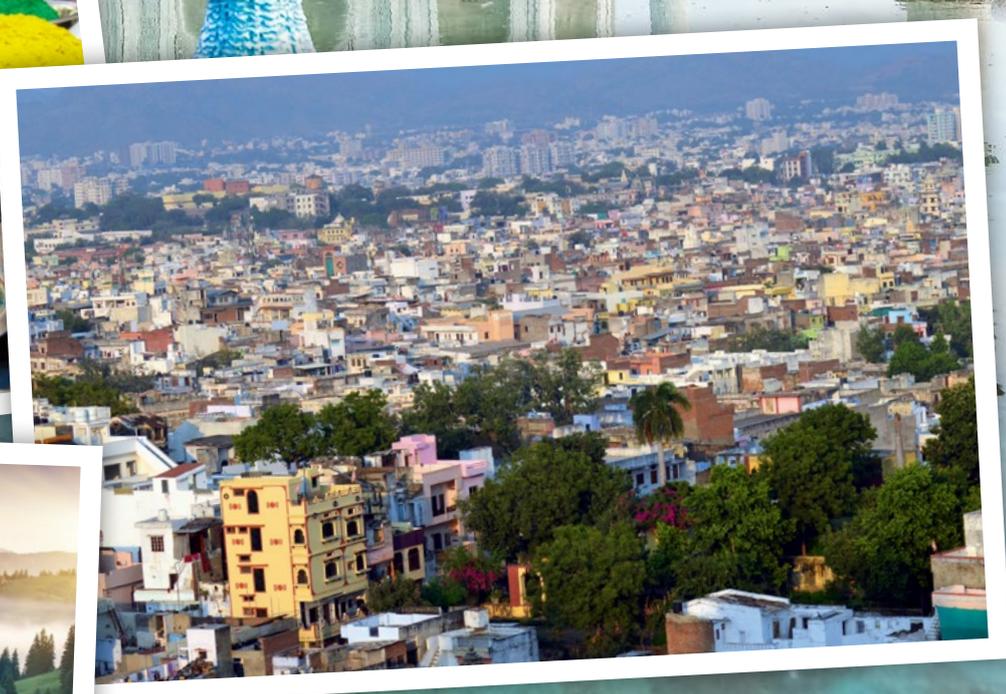




Indien



Himalaya oder Indischer Ozean – für Besucherinnen und Besucher gibt es kaum ein vielfältigeres Reiseziel als Indien, das Land der Gegensätze. Kulinarisch ist es ebenso heterogen aufgestellt wie gesellschaftlich und kulturell. Das erste Gericht, das wahrscheinlich allen in den Sinn kommt, die sich über das Land in Asien Gedanken machen, ist Curry. In verschiedensten Variationen und Schärfegraden, mit Fleisch oder vegetarisch – der Fantasie sind beim Kochen keine Grenzen gesetzt. Passend dazu wird klassischerweise Naan-Brot serviert, das auch ohne Curry einen Bissen wert ist.





NO KNEAD-REZEPT
kein Kneten erforderlich

Naan-Brot

Für ein leckeres Curry oder eine wärmende Suppe ist das Naan-Brot als Beilage kaum wegzudenken und ein wichtiger Bestandteil in der indischen Küche. Traditionell wird es in einem sehr heißen Lehmofen, dem Tandoor, gebacken. Dazu klebt man die ovalen Teigfladen an die Wände des Ofens. Zu Hause gelingt es aber auch in einer Pfanne.

Schwierigkeitsgrad:	☆☆☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	bindig
Zeit gesamt:	2,5 Stunden
Zeit am Backtag:	2,5 Stunden
Backzeit:	4 Minuten
Schwaden:	nein

🌐 Alle Zutaten mit den Händen etwa 5 Minuten verkneten. 120 Minuten an einem warmen Ort bei zirka 30°C abgedeckt ruhen lassen.

🌐 In der Zwischenzeit das Topping zubereiten. Den Knoblauch und die Petersilie kleinhacken. Ghee in einer Pfanne bei mittlerer Hitze schmelzen, den Herd ausschalten und den Knoblauch hinzugeben. Dabei darauf achten, dass dieser nicht angebraten wird, er soll nur erhitzt werden. Das entstandene Knoblauchöl aus der Pfanne nehmen und die Petersilie unterrühren.

🌐 Den Teig in 3-4 (130 g) oder 7-8 (65 g) gleichgroße Portionen teilen.

🌐 Eine Pfanne ohne Öl bei hoher Temperatur erhitzen.

🌐 Die Teiglinge jeweils leicht bemehlen und dünn zu einem flachen Fladen ausrollen, eine ovale Form ist ganz typisch. Eine Seite mit ein wenig Öl bestreichen. Den Teigling mit der geölten Seite in die Pfanne legen. Etwa 2 Minuten von jeder Seite backen.

🌐 Topping nach Belieben über die Brote streichen. 🍴

Teig-Zutaten*

- ▶ 300 g Weizenmehl 550
- ▶ 120 g Naturjoghurt (kalt)
- ▶ 60 g Milch (kalt)
- ▶ 50 g Wasser (warm)
- ▶ 5 g Salz
- ▶ 2 g Trockenhefe

TOPPING:

- ▶ 30 g Ghee (alternativ Butter)
- ▶ 1-2 Knoblauchzehen
- ▶ 1 Handvoll Petersilie

AUSSERDEM:

- ▶ 20 g Speiseöl (neutral, zum Anbraten)

*Ergibt 7-8 kleine oder 3-4 größere Naan-Brote



Schweden

Astrid Lindgren hat Menschen jeder Altersgruppe mit Pippi Langstrumpf, Michel aus Lönneberga sowie den Kindern aus Bullerbü das Land Schweden und seine Schönheit näher gebracht als jede Tourismus-Werbung. Erst in ihren Büchern, dann auch mit den Verfilmungen der Lektüre, die nicht nur zu Weihnachten kleine und große Augen regelmäßig zum Leuchten bringen. Auch auf kulinarische Weise kann man sich dem nordeuropäischen Land selbstverständlich Zugang verschaffen, ohne unbedingt in den Flieger oder eine der Fähren zu steigen. Sei es bei einem bekannten schwedischen Möbelhaus mit Köttbullar und Preiselbeeren. Oder aber auch in der heimischen Küche. Der letzte Monat des Jahres bietet dafür einen ganz besonderen Anlass: Immer um den 13. Dezember herum findet man Lussekatter in vielen Teilen Skandinaviens, besonders häufig aber in Schweden. An diesem Tag wird dort nämlich, als Einstimmung auf Weihnachten, das Luciafest gefeiert, zu dem es traditionell Lussekatter gibt. Dieser Tag, der der Lichterkönigin Lucia gewidmet ist, soll Wärme, Freude und Licht bringen. Deswegen leuchten sie so wunderschön gelb. Diese Helligkeit ist gut zu gebrauchen in der kalten Jahreszeit. Übersetzt man den Namen aus dem Schwedischen, bedeutet er Luciakatzen – die Form des eingerollten Gebäcks symbolisiert dabei die eingerollte Katze, die Rosinen stellen die Augen des Haustieres dar. Doch das Gebäck schmeckt natürlich auch zu jeder anderen Jahreszeit.



Lussekatten



Der Safran gibt dem Lussekatter seinen typisch würzigen Geschmack und seine gelbe Farbe. Dank des Gewürzes leuchtet er beinahe, strahlt Wärme und Geborgenheit aus. Doch nicht nur das Aussehen überzeugt, auch das Aroma begeistert weit über die Landesgrenzen hinaus: Dank des Joghurts entsteht eine saftig-weiche Krume, die zum Reinbeißen einlädt.



Teig-Zutaten*

- ▶ 300 g Weizenmehl 550
- ▶ 125 g Milch (kalt)
- ▶ 40 g Naturjoghurt (kalt)
- ▶ 30 g Zucker
- ▶ 30 g Butter (kalt)
- ▶ 10 g Frischhefe
- ▶ 1 Eigelb (Größe M)
- ▶ 5 g Salz
- ▶ 0,1 g Safran (gemahlen oder Fäden)

EISTREICHE:

- ▶ 1 Eigelb (Größe M)
- ▶ 5 g Wasser (kalt)
- ▶ 12 Rosinen

*Ergibt 5 Lussekatter

🌐 Die Milch mit dem Safran und dem Zucker in einem Topf bei mittlerer Hitze 3-5 Minuten erwärmen. Dabei ständig rühren. Die Milch vom Herd nehmen und 30 Minuten abkühlen lassen.

🌐 Die Milch mit den restlichen Zutaten, bis auf die Butter, etwa 8 Minuten auf schnellerer Stufe kneten. Die Butter hinzugeben und 5-7 Minuten weiterkneten. Es entsteht ein glatter Teig.

🌐 Den Teig 120 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen, nach 60 Minuten einmal von Hand kurz kräftig durchkneten.

🌐 Den Teig in 5 gleichmäßige, etwa 100 g schwere Portionen teilen und diese jeweils locker rundwirken. 15 Minuten bei Raumtemperatur abgedeckt ruhen lassen.



1. Ausrollen



2. Aufrollen, 1. Schritt



3. Aufrollen, 2. Schritt



4. Rosinen eindrücken

🌐 Jeden Teigling länglich zu einem etwa 30 cm langen Strang ausrollen (Bild 1) und die Enden in die entgegengesetzte Richtung jeweils einmal oben und einmal unten bis zur Mitte aufrollen. (Bild 2+3) So entsteht die typische S-Form der Lussekatter.

🌐 Die Teiglinge 90-120 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur reifen lassen.

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

🌐 Für die Eistreiche das Eigelb und das Wasser verquirlen. Die Teiglinge damit bestreichen. In die Mitte der gerollten Spiralen jeweils eine Rosine leicht eindrücken. (Bild 4)

🌐 Die Teiglinge 12-15 Minuten backen. Beim Einschließen schwaden, nach 2 Minuten ablassen. ■

Schwierigkeitsgrad: ★☆☆

Getreide:

Weizen

Triebmittel:

Hefe

Teigkonsistenz:

fest

Zeit gesamt:

6 Stunden

Zeit am Backtag:

6 Stunden

Starttemperatur:

200°C

Backtemperatur:

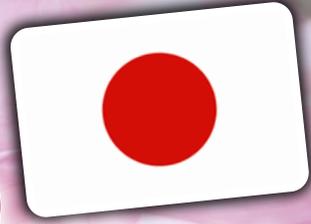
200°C

Backzeit:

12-15 Minuten

Schwaden:

beim Einschließen,
nach 2 Minuten ablassen



Japan

Kulinarisch ist Japan vor allem für die unterschiedlichsten Varianten von Sushi bekannt. Ob mit Fisch, vegetarisch mit Gurke oder Avocado – für alle Geschmäcker ist etwas auf der Speisekarte zu finden. Dabei ist bereits die Zubereitung des Reises eine wahre Herausforderung. Der Tipp vom Sushi-Meister: immer denselben Reis nutzen und sich langsam an die richtige Herangehensweise herantasten. Doch selbstverständlich isst man auch in Japan nicht den ganzen Tag Reis. Ganz im Gegenteil. Dessen Konsum ist rückläufig, während der Brot-Absatz stetig steigt. Dabei genießt man im Land der aufgehenden Sonne oft französische Backwaren. Es gibt aber auch ganz eigene Spezialitäten. Ein Kult ist dabei um das Melonpan entstanden.





Melonpan

In Japan findet man die Brötchen in jedem Kiosk und Supermarkt – die Rede ist von Melonpan. Eine richtige Kultur ist um das Melonenbrot entstanden, das eigentlich so gar nichts mit den Beeren-Früchten gemein hat – oder doch? Die Form oder besser gesagt das Muster auf dem Gebäck erinnert an die süß-fruchtige Erfrischung, die viele Menschen nicht nur im Sommer so lieben. Besonders ist vor allem das Innere: Beißt man zunächst in einen knusprigen äußeren Keksteig, versteckt sich im Inneren ein fluffiges und aromatisches Brötchen.

Tip:

Der Biskuitteig kann auch am Vorabend zubereitet und über Nacht im Kühlschrank abgedeckt aufbewahrt werden. Dann sollte er aber etwa 30 Minuten vor dem Gebrauch aus dem Kühlschrank genommen werden, damit er sich besser verarbeiten lässt.

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	fest
Zeit gesamt:	4-4,5 Stunden
Zeit am Backtag:	4-4,5 Stunden
Backzeit:	16-18 Minuten
Starttemperatur:	180°C
Backtemperatur:	180°C
Schwaden:	nein

Biskuitteig

- ▶ 120 g Weizenmehl 405
- ▶ 60 g Puderzucker
- ▶ 40 g Butter (warm)
- ▶ 1 Ei (Größe M)
- ▶ 1 g Backpulver
- ▶ 1 Prise Salz
- ▶ Vanilleextrakt

Zunächst die weiche Butter mit dem Puderzucker verrühren und das Ei untermischen. Backpulver mit Mehl und Salz vermengen und hinzugeben. Alle Zutaten 2-3 Minuten verkneten, bis ein Teig entsteht und keine Mehlreste mehr zu sehen sind. Den Biskuitteig in 6 gleichmäßig große Portionen à 45 g teilen, zu Kugeln formen und abgedeckt 120 Minuten im Kühlschrank aufbewahren.



Hauptteig*

- ▶ 250 g Weizenmehl 550
- ▶ 150 g Milch (kalt)
- ▶ 30 g Butter (kalt)
- ▶ 30 g Zucker
- ▶ 10 g Frischhefe
- ▶ 5 g Salz

AUSSERDEM:

- ▶ 100 g Zucker

*Ergibt 6 Melonpans

Die Zutaten für den Hauptteig 10 Minuten auf schnellerer Stufe zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Den Teig 90 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen.

Den Teig in 6 gleich große Portionen zu jeweils 80 g teilen und locker rundformen. (Bild 1)

Jeweils eine Kugel Biskuitteig aus dem Kühlschrank nehmen und mit der flachen Hand plattdrücken. Am besten nimmt man dazu zwei Folien und legt die Teigkugeln dazwischen. (Bild 2)

Eine Kugel des Hauptteiges hinzunehmen und straff rundformen. Die Kugel nun auf den Biskuitteig legen und diesen rundherum andrücken, sodass beide Teige aneinanderkleben. Für den gesamten Vorgang kein Mehl verwenden. Sonst haftet der Biskuitteig nicht am Hefeteig. Mit allen sechs Brötchen so verfahren. (Bild 3-5)



5. Andrücken



6. Zuckern



7. Eindrücken

- 🌐 Mit der geschlossenen Seite nach unten in den Zucker legen und leicht andrücken. Auch hier kein Mehl benutzen. (Bild 6)
- 🌐 Die Brötchen mit einem Messer rautenförmig eindrücken. (Bild 7)
- 🌐 Abgedeckt bei Raumtemperatur 60-90 Minuten gehen lassen.
- 🌐 Den Ofen rechtzeitig auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- 🌐 Die Teiglinge in den Ofen geben und 16-18 Minuten ohne Schwaden backen. Die Kruste sollte dabei nicht zu dunkel werden. 🍞



Mühlenfinder

PLZ 20000

Mühle Erks

Backen Sie Ihr Brot mit unseren wertvollen Zutaten!

Bioland

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

PLZ 50000

Horbacher Mühle

Horbacher Mühle
Prod. u. Handels GmbH

Oberhorbacher Str. 25
53819 Neunkirchen-Seelscheid

Telefon: 02247 / 300 102

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

PLZ 70000

BIO MÜHLE EILING

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

SPIELBERGER MÜHLE

Beste Biomehle in großer Vielfalt finden Sie im

- Bioladen
- In unserem Mühlenladen
- In unserem Onlineshop

Mehr unter spielberger.de

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

PLZ 80000

BLATTERT MÜHLE

Gesunde Mühlenprodukte, frisch aus dem Schwarzwald!

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

DRAX-MÜHLE SHOP

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

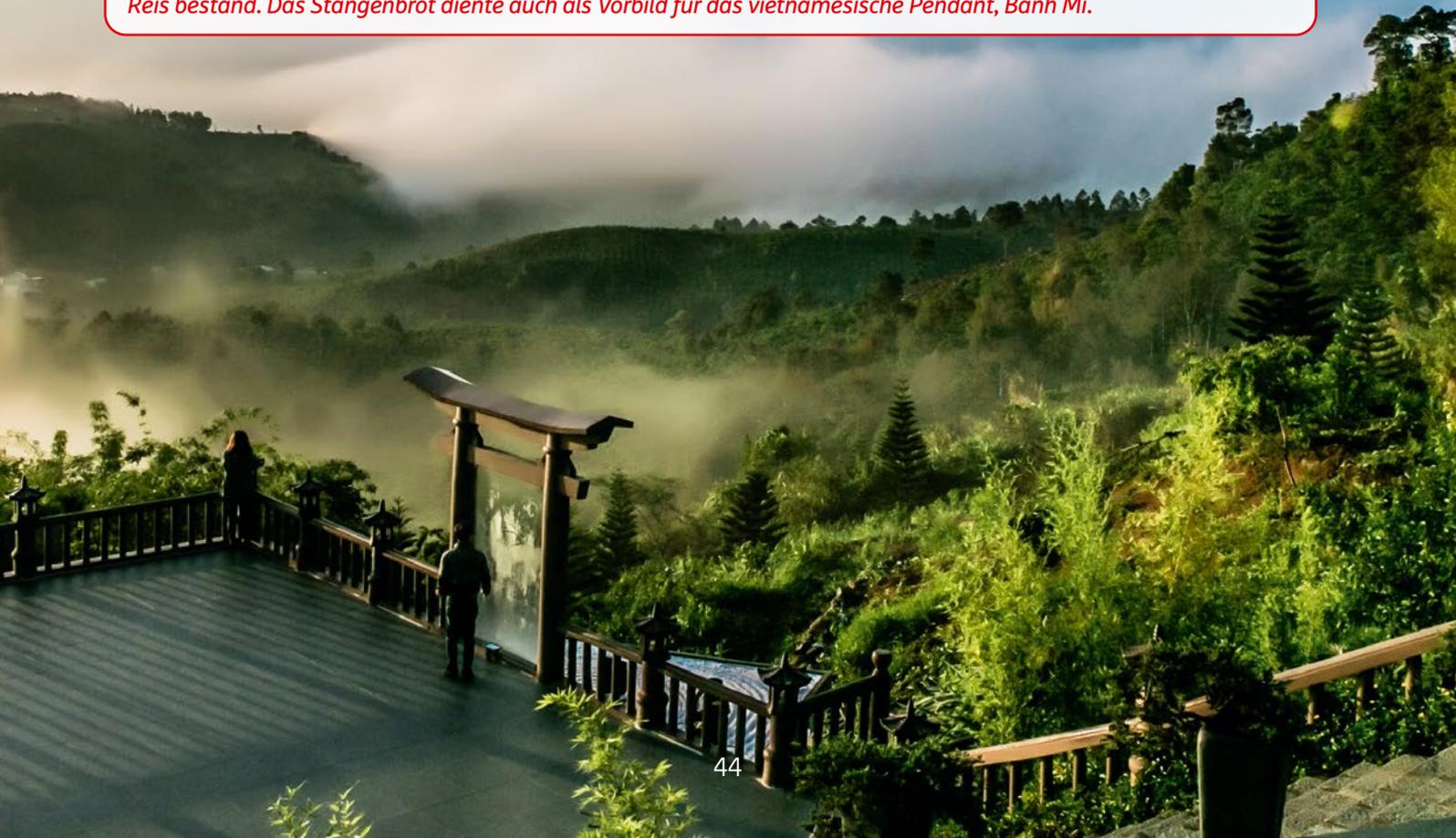
Drax-Mühle GmbH
Hochhaus 5 · 83562 Rechtmehring
Tel. 08072-8276



Vietnam



Vietnam hat eine bewegte Vergangenheit. Ein Kultur-prägender Abschnitt war die im 19. Jahrhundert herrschende Kolonialherrschaft Frankreichs. Doch auch die Besetzung durch den Nachbarn Japan im Zweiten Weltkrieg, der Versuch Frankreichs, nach dem Krieg seine Vormachtstellung wieder herzustellen und die anschließende Teilung des Landes in Nord- und Südvietnam beeinflussten das Leben der Menschen im 20. Jahrhundert. 1976 wurde Vietnam nach 20 Jahren Krieg unter kommunistischer Herrschaft vereint. Doch nicht nur für Historikerinnen und Historiker hat die Sozialistische Republik Vietnam viel zu bieten: Jede Kleinstadt kann mit einem eigenen Restaurant aufwarten, verzaubert Speisende mit der großen Auswahl auch an vegetarischen und veganen Gerichten sowie mit kontrastreicher und aufregender Vielfalt. Die bewegte Vergangenheit des Landes hat großen Einfluss auf die kulinarischen Köstlichkeiten. So auch auf die Backwelt, gab es doch vor dem französischen Baguette keine Beilage, die nicht aus Reis bestand. Das Stangenbrot diente auch als Vorbild für das vietnamesische Pendant, Bánh Mi.



Bánh Mì

Typischerweise wird Bánh Mì mit würzigem Rind- oder Schweinefleisch belegt und mit geraspelten Gurken sowie Möhren garniert. Unbedingt gehören auch eine fruchtig scharfe Sauce und frischer Koriander dazu. Verglichen mit dem Baguette aus Frankreich hat das Sandwichbrot aus Vietnam eine viel weichere Kruste und eine fluffigere Krume. Für diesen Effekt wird ein Teil des Weizenmehls oft durch Reismehl ersetzt. Bánh Mì kann als Fusion der französischen und vietnamesischen Küche bezeichnet werden.

🌐 Die Zutaten auf schnellerer Stufe etwa 10 Minuten verkneten. Der Teig ist weich und klebrig. Den Teig in eine geölte Schüssel geben und die Oberfläche ebenfalls mit Öl benetzen. Den Teig 120 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen.

🌐 Den Teig in 5-6 gleich große Portionen zu jeweils 140 g teilen. Die Arbeitsplatte mit etwas Öl bestreichen. Die Teiglinge auf eine Dicke von etwa 1 cm zu einem Dreieck flachdrücken. (Bild 1)

🌐 Von der spitzen Seite beginnend straff aufrollen. Dabei die Finger nur außen ansetzen, damit sich der Teigling in der Mitte leicht wölbt. Den Schluss gut verschließen und die Enden spitz formen. (Bild 2)

🌐 Die Teiglinge in ein leicht bemehltes Backleinen oder Geschirrtuch legen und 120 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur reifen lassen.

🌐 Den Ofen rechtzeitig auf 210°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

🌐 Die Teiglinge auf ein Backblech legen, mit Wasser besprühen, längs einschneiden. Die Schnitte nochmal mit Wasser besprühen.

🌐 Die Teiglinge mit Schwaden in den Ofen geben. Den Dampf nach 5 Minuten ablassen und weitere 17-19 Minuten goldbraun backen. Nach dem Backen mit ein wenig Butter bestreichen. 🍞

Schwierigkeitsgrad: ★☆☆

Getreide: Weizen

Triebmittel: Hefe

Teigkonsistenz: weich

Zeit gesamt: 7 Stunden

Zeit am Backtag: 7 Stunden

Backzeit: 22-24 Minuten

Starttemperatur: 210°C

Backtemperatur: 210°C

Schwaden: beim Einschließen, nach 5 Minuten ablassen

Vorteig

▶ 200 g Weizenmehl 550

▶ 150 g Wasser (kalt)

▶ 5 g Frischhefe

Die Zutaten gründlich miteinander vermischen und 120 Minuten bei Raumtemperatur abgedeckt reifen lassen.

Hauptteig*

▶ Vorteig

▶ 300 g Weizenmehl 550

▶ 90 g Wasser

▶ 1 Ei (Größe M)

▶ 25 g Butter (kalt)

▶ 10 g Salz

▶ 5 g Backmalz (aktiv)

▶ 5 g Zucker

AUSSERDEM:

▶ Speiseöl (neutral)

▶ Butter (flüssig)

*Ergibt 5-6 Bánh Mì



Italien



Italien ist kulinarisch untrennbar mit Pasta, Pizza und Co. verbunden. Keine Reise in das südeuropäische Land, ohne nicht ein Eis zu schmecken, Spaghetti und mindestens eine Pizza zu essen. Dabei hat der Staat in Form eines Stiefels deutlich mehr zu bieten: Kulturreise in den Vatikan, Strandreise nach Sizilien, ein Städtetrip nach Mailand oder Venedig – es gibt nichts, was es im südeuropäischen Land nicht gibt. Soll es bei dem vollgepackten Reiseprogramm mit dem Snack schneller gehen, eignen sich insbesondere die Rum Baba aus Neapel. Sie werden gerne im Stehen gegessen, eine kulinarische Reise für zwischendurch eben.





Rum Baba

Die Neapolitanerinnen und Neapolitaner lieben ihre Baba. Kleine Kuchen, getränkt in einem Sirup aus Zuckerwasser und Rum, denn so bleiben sie länger saftig und frisch. Meistens werden sie ganz puristisch gegessen. Mittlerweile gibt es sie aber auch in verschiedenen Variationen. Häufig mit Aprikosenmarmelade bestrichen oder einer schmackhaften Creme gefüllt. Sehr beliebt: Vanillecreme oder geschlagene Sahne zusammen mit frischem Obst. Wer möchte, kann den Rum auch gegen einen italienischen Limoncello austauschen.

Die Zutaten 2-3 Minuten auf schnellerer Stufe mischen, bis alles klumpchenfrei miteinander verbunden ist. Der Teig ist sehr weich und lässt sich nicht formen. Den Teig abgedeckt bei Raumtemperatur 2,5-3 Stunden gehen lassen.

Die runden Formen mit Butter fetten.

Den Teig verrühren und jeweils einen Esslöffel Teig in die Formen geben, sodass diese maximal bis zur Hälfte gefüllt sind. Mit feuchten Händen die Oberfläche etwas glattstreichen.

Die Formen 90-120 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur zur Gare stellen.

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

Die Formen in den gut vorgeheizten Ofen geben und zirka 18-20 Minuten goldbraun backen.

Währenddessen den Sirup vorbereiten. Wasser und Zucker in einem Topf erhitzen und einmal kurz aufkochen lassen. Den Topf vom Herd nehmen und den Rum hinzugeben.

Die Kuchen direkt nach dem Backen für einige Sekunden im vorbereiteten Sirup tränken. ■



Tipp:
Zum Backen eignet sich ein Muffinblech sehr gut. Es können jedoch auch andere runde (auch hohe) Formen genutzt werden. Der Teig kann alternativ in einen Spritzbeutel gegeben und die Formen können so gleichmäßig mit dem Teig befüllt werden, was gerade bei hohen Formen praktisch ist.

Schwierigkeitsgrad:	☆☆☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	flüssig
Zeit gesamt:	4,5-5,5 Stunden
Zeit am Backtag:	4,5-5,5 Stunden
Backzeit:	18-20 Minuten
Starttemperatur:	180°C
Backtemperatur:	180°C
Schwaden:	nein

Hauptteig*

- ▶ 250 g Weizenmehl 550
- ▶ 30 g Milch (kalt)
- ▶ 3 Eier (Größe M)
- ▶ 90 g Butter (flüssig, 35-40°C)
- ▶ 20 g Zucker
- ▶ 5 g Frischhefe
- ▶ 5 g Salz

SIRUP:

- ▶ 500 g Wasser
- ▶ 400 g Zucker
- ▶ 100 g Rum

*Ergibt etwa 12 Rum Baba



Chile

Das langgestreckte Land – so wird Chile gern genannt. Trotz der geografischen Lage des südamerikanischen Reiseziels, das den westlichsten Punkt des sogenannten Südkegels ausmacht, sollten Gourmet-Begeisterte Chile nicht an den Rand ihres Kochbuchs verbannen. Die Küche des Landes ist keine Kopie der spanischen, sondern beeinflusst von unterschiedlichen Kulturen und Geschmäckern – auch den deutschen, mitgebracht von Einwanderinnen und Einwanderern. Nicht umsonst ist der Christstollen ein bekanntes chilenisches Gebäck in Südamerika. Selbst Sauerkraut steht hoch im Kurs. Selbstverständlich finden sich aber auch südamerikanische Einflüsse wieder – wie die Empanadas, die zur lateinamerikanischen Küche wie kaum ein anderes Gericht gehören. Ihr Name leitet sich von „empanar“ ab und bedeutet „etwas in Brot/Teig einwickeln“. Dabei geht es nicht um Brot im eigentlichen Sinn, sondern um gefüllte Teigtaschen. Und zwar je nach Region mit ganz individuellen Innenleben.





Empanadas

Fleisch, Fisch, Gemüse, Ei – der Kreativität bei der Füllung des lateinamerikanischen Klassikers Empanada sind keine Grenzen gesetzt. Wer die chilenische Version bevorzugt, legt sich auf Hackfleisch, Rosinen und Ei fest. Mit einer aufeinander abgestimmten Auswahl an Gewürzen wird das Gebäck geschmacklich abgerundet.



NO KNEAD-REZEPT

kein Kneten erforderlich

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	ohne
Teigkonsistenz:	fest
Zeit gesamt:	13 Stunden
Zeit am Backtag:	2,5 Stunden
Backzeit:	30-35 Minuten
Starttemperatur:	175°C
Backtemperatur:	175°C
Schwaden:	nein

Teig-Zutaten*

- ▶ 250 g Weizenmehl 405
- ▶ 80 g Wasser (kalt)
- ▶ 50 g Butter (kalt)
- ▶ 1 Eigelb (Größe M)
- ▶ 3 g Salz

Füllung

- ▶ 500 g Hackfleisch (gemischt)
- ▶ 250 g Gemüsebrühe (alternativ Hühnerbrühe)
- ▶ 2 Zwiebeln (klein)
- ▶ 2 Eier (Größe M)
- ▶ 130 g Tomaten (gehackt)
- ▶ 10 g Kurkuma
- ▶ 5 g Salz
- ▶ 1 g Oregano
- ▶ Pfeffer (nach Bedarf)

AUSSERDEM:

- ▶ Rosinen (nach Bedarf)

EISTREICHE:

- ▶ 1 Eigelb (Größe M)
- ▶ 15 g Milch (kalt)

*Ergibt 10-12 Empanadas



1. Füllen



2. Umschlagen



3. Verschließen



4. Einstreichen

🌐 Die Zwiebeln schälen und kleinschneiden. Hackfleisch mit etwas Öl anbraten, Zwiebeln zugeben und 2 Minuten mitbraten. Salz, Kurkuma, Oregano und gehackte Tomaten zugeben. Mit der Brühe aufgießen und 30 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen. In eine Schüssel geben, abkühlen lassen und abgedeckt in den Kühlschrank stellen. 10 Stunden ziehen lassen.

🌐 Die Eier hart kochen und abkühlen lassen. Pellen, in Würfel schneiden und unter die Fleischmasse geben. Mit Pfeffer abschmecken.

🌐 Für den Teig das Mehl mit der Butter per Hand vermengen. Die restlichen Zutaten zufügen und per Hand 2-3 Minuten kneten, bis sich alles gut verbunden hat und es keine Mehlnester mehr gibt.

🌐 Den Teig luftdicht verschließen und 60 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

🌐 Den Ofen rechtzeitig auf 175°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

🌐 Den Teig dünn ausrollen und Kreise mit einem Durchmesser von etwa 12 cm ausstechen.

🌐 Die Füllung gleichmäßig mittig auf die Teiglinge geben, Rosinen nach Geschmack verteilen. (Bild 1)

🌐 Die Teigtasche formen. Dazu den Rand leicht mit Wasser befeuchten, damit er besser klebt, anschließend den Teig hälftig umschlagen. (Bild 2)

🌐 Mit einer Gabel an der Naht eindrücken. So wird die Tasche gut verschlossen und erhält auch gleich ihr klassisches Aussehen. (Bild 3)

🌐 Ei und Milch für die Eistreiche verrühren.

🌐 Die Empanadas mit der Eistreiche bestreichen (Bild 4).

🌐 In den Ofen geben und 30-35 Minuten goldbraun backen. 🍴

Tipp

Die Füllung kann einen Abend vor dem Backen zubereitet und über Nacht im Kühlschrank aufbewahrt werden. Der Teig kann auch schon einen Abend zuvor vorbereitet und im Kühlschrank aufbewahrt werden, muss dann aber vor Gebrauch 30 Minuten bei Raumtemperatur akklimatisieren. Sehr gut schmecken die Teigtaschen auch noch einmal aufgewärmt.

Jetzt bestellen



Sauerteig – lecker, gesund, aber ein Buch mit sieben Siegeln? Das muss nicht sein. Denn wer das Zusammenspiel der Mikroorganismen versteht und weiß, wie man sie steuert, kann souverän damit umgehen. Mit dieser Fibel bleiben keine Fragen offen. Vom Anstellen des eigenen Sauerteigs über seine Pflege bis hin zu Problemlösung und Langzeitsicherung sowie kreativer Reste-Verwertung wird alles erklärt, was im Backalltag wichtig ist. Fachlich fundiert, pragmatisch und praxiserprobt. Gezeigt werden klassischer Sauerteig, Lievito Madre, Japanische Hefe, Marvin, das Multitalent sowie glutenfreier Sauerteig. Und zu jedem von ihnen gibt es im Anhang gleich Rezepte. So kann der Backspaß direkt beginnen.

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



Jetzt bestellen!

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

Brot Laden



Der Gär-Automat

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

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



Das **Zusatzgitter-Gestell** verdoppelt die Kapazität für den Brod & Taylor Gärautomaten Ideal für das Gären von zwei Backblechen oder vier Brotkästen. Backbleche sollten 36,2 cm x 30,5 cm oder kleiner sein.

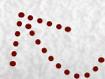
Brotkästen sollte etwa 8 cm hoch sein, sodass die maximale Höhe des gegärten Brotteiges 10 cm ist.

Zusätzliches Gärblech für den Brod & Taylor Gärautomaten. 🍞



Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110





18,50 EURO

Bee's Wrap Baguette
33,5 x 66 cm



14,- EURO

Bee's Wrap Sandwich
33 x 33 cm



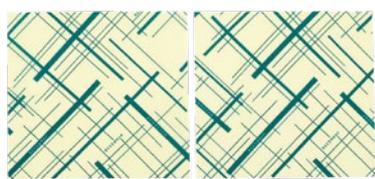
Bee's Wrap 3er-Set Käse
25 x 27,5 cm

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



BROTLeinen

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

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



BROTLeinen – Grün

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



BROTKorb

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

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

BROTLeinen – Recycled

Für dieses stabile Tuch wurden zu 100 Prozent recycelte Garne verwendet (Global Recycled Standard-Zertifizierung). Das Material ist weich, widerstandsfähig und besteht aus 40 Prozent Leinen, 30 Prozent Baumwolle und 30 Prozent Polyester. Die Maße: 60 x 150 Zentimeter. ■

Info

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

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

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



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. ■

Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110

Hawos

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



399,- EURO

Top-Mühlen namhafter Hersteller



199,- EURO



Mockmill 100

Mockmill

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

279,- EURO

Mockmill 200



599,- EURO



Mockmill Professional 200



12,80 EURO

Gärkörbe

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

Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110





China

Chinesische Schnellrestaurants reihen sich in Europas Großstädten zum Teil dicht an dicht, doch die To-Go-Gerichte werden den Realitäten der Esskultur im Reich der Mitte nicht gerecht. Zumal die chinesische Küche nicht als solche definiert werden kann, setzt sie sich doch aus den zum Teil sehr unterschiedlichen Regionalküchen der einzelnen Provinzen zusammen. Was in einem durchschnittlichen Imbiss in Wien, Zürich oder Berlin serviert wird, sind meist Bratnudeln mit Gemüse und Hähnchen, Ente süß-sauer und gebackene Bananen. Ein hierzulande recht unbekanntes, in China selbst aber gern gegessenes Gericht sind die Cong You Bing. Es gibt die Theorie, dass diese herzhaften Pfannkuchen die Vorreiter der klassischen italienischen Pizza sind. Ob wahr oder nicht, sie schmecken lecker – und das ist die Hauptsache.



Tipp:
Die Trockenhefe kann durch 6 g Frischhefe ersetzt werden. Da die Füllung sehr ölig ist, ist zum Ausbacken kein weiteres Öl nötig.

Cong You Bing

Heiß und fettig, dabei verdammt lecker. Kurz und knapp kann so die Beschreibung von Cong You Bing lauten. Die kleinen Pfannkuchen werden in der Pfanne ausgebacken und sind aufgrund der Frühlingszwiebeln ein herzhafter Snack für zwischendurch. Wer möchte, kann weitere Zutaten zur Füllung hinzufügen.

NO KNEAD-REZEPT

kein Kneten erforderlich

Die Teig-Zutaten zirka 5 Minuten mit den Händen verkneten. Eine Schüssel mit Speiseöl ausstreichen und den Teig hineingeben. Den Teig nochmal mit Speiseöl benetzen. Abgedeckt bei Raumtemperatur 90 Minuten gehen lassen.

Währenddessen die Füllung zubereiten. Die Frühlingszwiebeln waschen und in Ringe schneiden, sowohl der weiße als auch der grüne Teil werden dafür verwendet. Die Zwiebelringe mit dem Mehl und Salz in eine hitzebeständige Schüssel geben.

Das Öl in einer Pfanne erhitzen, dann vorsichtig über die Zwiebelmischung geben und verrühren. Abkühlen lassen. Zur Probe ein kleines Stück vom Teig in das Öl geben: Wenn sich drumherum Bläschen bilden und das Stück aufsteigt, ist das Öl heiß genug.

Die Arbeitsfläche dünn mit Öl bestreichen. Den Teig rechteckig wenige Millimeter dick zu einer zirka 50 x 40 cm messenden Platte ausrollen.

Etwa 2/3 der Zwiebelfüllung auf dem Teig verteilen und von der langen Seite zur Mitte einklappen. Das gegenüberliegende Teigstück darüberlegen.

Die restliche Zwiebelfüllung auf dem Teig verteilen und diesen vom kurzen Ende oben (kurzes Ende) zur Mitte einklappen, das gegenüberliegende Teigstück darüberlegen. Das entstandene Rechteck noch von den kurzen Seiten jeweils zur Mitte hin falten.

Den Teig 3 mm dick ausrollen. An der langen Seite beginnen, den Teig zu einer Rolle aufzudrehen. Von der Rolle 2 cm breite Scheiben abschneiden.

Jeweils zwei Scheiben übereinander legen, sodass die Schnittflächen nach oben zeigen. Mit der Hand flachdrücken, bis ein dünner Fladen entsteht.

Eine Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen. Den Teigfladen von jeder Seite jeweils für 1-2 Minuten ohne Öl ausbacken. ■

Schwierigkeitsgrad:



Getreide:

Weizen

Triebmittel:

Hefe

Teigkonsistenz:

fest

Zeit gesamt:

2,5 Stunden

Zeit am Backtag:

2,5 Stunden

Backzeit:

2-4 Minuten

Teig-Zutaten*

- ▶ 320 g Weizenmehl 405
- ▶ 170 g Wasser (60°C)
- ▶ 15 g Speiseöl (neutral)
- ▶ 2 g Salz
- ▶ 2 g Trockenhefe

Füllung

- ▶ 90 g Speiseöl (neutral)
- ▶ 3 Frühlingszwiebeln
- ▶ 30 g Weizenmehl 405
- ▶ 3 g Salz

AUSSERDEM:

- ▶ Speiseöl (neutral)

*Ergibt 8-9 Cong You Bing



Ungarn

Gulaschsuppe hat wahrscheinlich den meisten schon an kalten Wintertagen ein Gefühl von Geborgenheit und Wärme geschenkt. Das weich geschmorte, zarte Fleisch mit Unmengen an Zwiebeln, mit Paprika und manchmal auch Pilzen schmeckt wunderbar fruchtig. Das gewisse Bisschen an Schärfe darf da auch nicht fehlen. Herrlich. Kein Wunder, dass Gulasch das Nationalgericht Ungarns ist. Ob es auch der damaligen Königin Elisabeth, besser bekannt als Sissi, geschmeckt hat? Sie hatte bekanntlich einen besseren Draht zum tranleithanischen Gebiet der Doppelmonarchie als ihr Mann Franz Joseph I., der Kaiser von Österreich. Besonders gefallen dürften nicht nur ihr auch die landschaftlichen Gegebenheiten Ungarns: Die Donau, die Hauptstadt Budapest und das ungarische Mittelgebirge sind eine Reise wert. Wer sich den Geschmack des Landes nach Hause holen möchte, kann dies ganz wunderbar mit selbstgemachten Lángos tun.





NO KNEAD-REZEPT

kein Kneten erforderlich

Tipp:

Der Teig kann bis zu 24 Stunden im Kühlschrank aufbewahrt werden. 3 g Trockenhefe entsprechen 9 g Frischhefe.

Beim klassischen Lángos-Rezept ist ein mit reichlich Knoblauch gewürztes Öl die Grundlage für den deftigen Belag aus Sauerrahm und geriebenem Käse. Das Grundrezept Lángos kann jedoch ganz nach Geschmack variiert werden: Zutaten wie Speck, Zwiebeln, Paprika oder Pilze lassen sich prima ergänzen. Wer es lieber süß mag, probiert Lángos mit Puderzucker oder Nuss-Nougat-Creme.

Die Teig-Zutaten miteinander vermischen und 5 Minuten mit den Händen verkneten. Der Teig ist weich und leicht klebrig, muss jedoch nicht vollständig ausknetet werden.

Den Teig abgedeckt 12 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen, auf die Arbeitsplatte geben und in 4 gleichmäßige Portionen zu jeweils zirka 100 g teilen, jeden Teigling rundwirken. Abgedeckt 60 Minuten bei Raumtemperatur akklimatisieren lassen.

In dieser Zeit die Zutaten für das Knoblauchöl vermischen.

Den Käse reiben und zur Seite stellen.

Das Öl in einer hohen Pfanne bei mittlerer Stufe erhitzen. Die Temperatur sollte zwischen 160 und 180°C liegen. Zur Probe ein kleines Stück vom Teig in das Öl geben: Wenn sich drumherum Bläschen bilden und das Stück aufsteigt, ist das Öl heiß genug.

Jeweils einen Teigling mit den Händen kreisrund flachdrücken, den Rand dabei etwas dicker lassen als die Mitte.

Die Teiglinge nacheinander frittieren und von beiden Seiten zirka 2-3 Minuten goldgelb ausbacken. Aus der Pfanne nehmen und abtropfen lassen.

Die Fladen erst mit Knoblauchöl und dann mit einem Esslöffel saurer Sahne bestreichen. Geriebenen Gouda darüberstreuen. ■

Schwierigkeitsgrad: ★☆☆☆☆

Getreide: Weizen

Triebmittel: Hefe

Teigkonsistenz: weich

Zeit gesamt: 13,5 Stunden

Zeit am Backtag: 90 Minuten

Backzeit: 2-3 Minuten

Teig-Zutaten*

▶ 250 g Weizenmehl 405

▶ 170 g Milch (kalt)

▶ 5 g Zucker

▶ 5 g Salz

▶ 3 g Trockenhefe

▶ 3 g Backpulver

KNOBLAUCHÖL:

▶ 25 g Wasser

▶ 20 g Speiseöl (neutral)

▶ 1 Knoblauchzehe (gerieben)

AUSSERDEM:

▶ 100 g geriebener Gouda (alternativ: Mozzarella)

▶ 80 g Saure Sahne

▶ 1 Prise Salz

▶ Speiseöl (neutral, zum Frittieren)

*Ergibt 4 Lángos



Großbritannien



Der britischen Küche sagt man oft nichts Gutes nach, sie zählt im allgemeinen Ansehen mit Sicherheit nicht zu den kulinarischen Topsellern. Ehrlicherweise ist die Konkurrenz natürlich auch groß und stark. Dieser Schluss kann trügen, denn neben Fish & Chips oder Baked Beans kann das Land auf der Insel auch mit anderen Highlights aufwarten. Für Menschen, deren Heimat nicht Großbritannien ist, sind die zum Teil sehr exotischen Kombinationen eher gewöhnungsbedürftig, wie beispielsweise Lammfleisch mit Minzsoße. Lässt man sich einmal auf das Experiment ein, kann man unterschiedliche, mitunter schräge Gerichte testen, die zeigen, dass die Einheimischen doch kochen können.



Englische Muffins

Schwierigkeitsgrad:	☆☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	fest, bindig
Zeit gesamt:	9-11 Stunden
Zeit am Backtag:	5-6 Stunden
Backzeit:	15-20 Minuten
Starttemperatur:	180°C
Backtemperatur:	180°C
Schwaden:	nein

Aus England kommend, sind diese Teigteilchen in den USA und Australien erst richtig berühmt geworden. Anders als erwartet, handelt es sich bei den Englischen Muffins nicht um ein süßes Gebäck, sondern um eine landestypische Art von Frühstücksbrötchen oder Sandwiches, die üblicherweise mit herzhaftem Schinken und Ei belegt gegessen werden. Es spricht jedoch nichts dagegen, die fluffigen Happen auch mit der Lieblingsmarmelade oder süßem Honig zu genießen.

🌐 Alle Zutaten für den Hauptteig, bis auf 40 g der Buttermilch, etwa 10-15 Minuten auf schnellerer Stufe verkneten. Die restliche Buttermilch nach und nach zugeben. Der Teig sollte geschmeidig werden, nicht zu weich. 2,5-3 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen. Nach 60 Minuten dehnen und falten.

🌐 8-9 Teiglinge zu jeweils 85-90 g abstechen, rundschleifen und 15-20 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur entspannen lassen.

🌐 Die Teiglinge straff rundformen, mit Wasser besprühen und in dem Maismehl wälzen. Dabei die Mitte etwas flacher drücken als den Rand, damit die Muffins später nicht zu rund werden.

🌐 Die Muffins 90-120 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur reifen lassen.

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

🌐 Eine Pfanne ohne Öl bei mittlerer Hitze erwärmen und die Teiglinge etwa 4 Minuten von jeder Seite braten, bis sie goldbraun sind.

🌐 Die Muffins auf ein Backblech legen und 10-15 Minuten im vorgeheizten Ofen fertigbacken.

🌐 Optional die Soße vor dem Servieren auf den Muffins verteilen. ■

Vorteig

- ▶ 100 g Weizenmehl 550
- ▶ 100 g Buttermilch (kalt, alternativ Milch)
- ▶ 3 g Frischhefe

Die Zutaten gründlich vermischen und 4-5 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur reifen lassen. Alternativ abgedeckt 120 Minuten bei Raumtemperatur und dann bis zu 24 Stunden im Kühlschrank gehen lassen.

Hauptteig*

- ▶ Vorteig
- ▶ 300 g Weizenmehl 550
- ▶ 140 g Buttermilch (kalt, alternativ Milch, spätere Zugabe)
- ▶ 25 g Butter (weich)
- ▶ 8 g Salz
- ▶ 5 g Zucker
- ▶ 5 g Frischhefe

TOPPING:

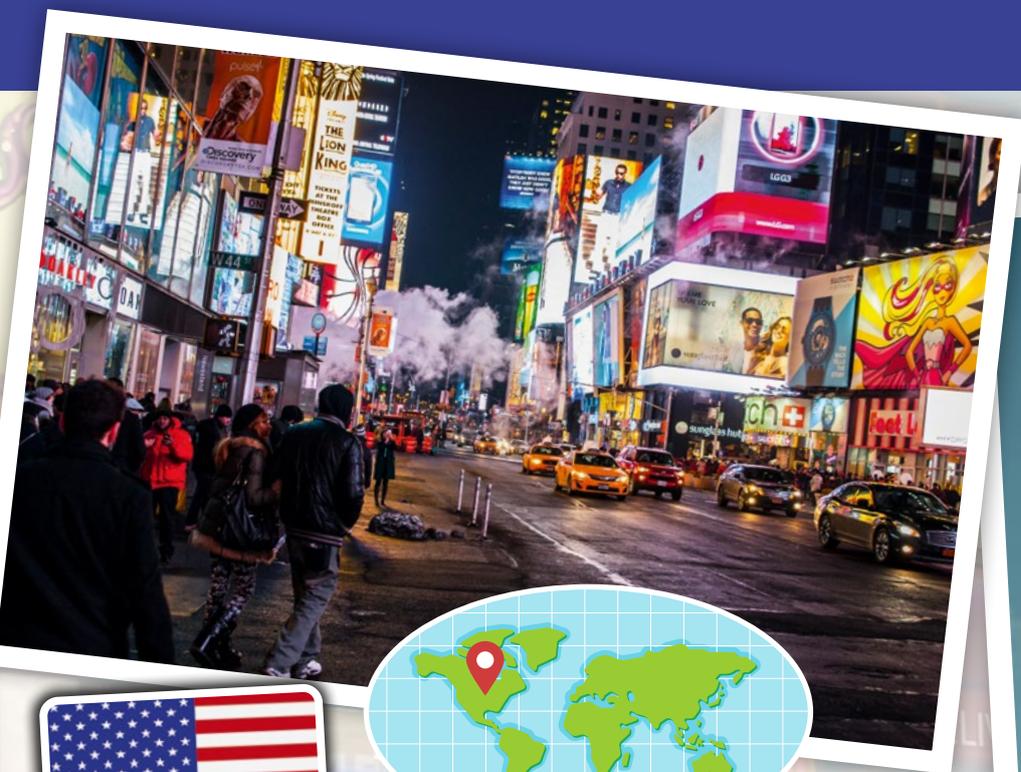
- ▶ Maismehl (alternativ Hartweizengrieß)

Soße (optional)

- ▶ 30 g Mayonnaise
- ▶ 12 g Sriracha Soße (asiatische Soße aus dem Supermarkt)
- ▶ 10 g Sesamöl (geröstet)

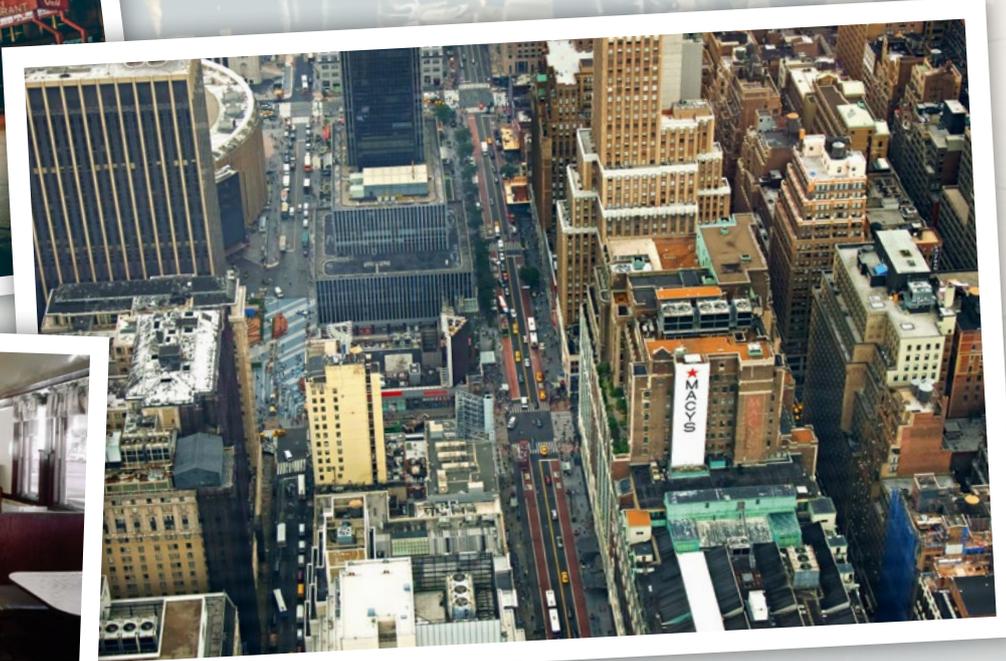
Alle Zutaten gründlich miteinander verrühren.

*Ergibt 8-9 Englische Muffins



USA

Barbecue und Fast Food – das kommt wohl als Erstes in den Sinn, wenn man an das Essen in den Vereinigten Staaten von Amerika denkt. Burger, Pommes und Pancakes zählen nicht nur zu den Lieblingsgerichten der vielen Touristinnen und Touristen, die täglich durch die Metropolen und Nationalparks des Landes streifen. Sie werden auch von Einheimischen zu jeder Tages- und Nachtzeit gerne gegessen. Ebenso wie das Barbecue, das des Öfteren in eine größere Feierlichkeit ausartet. Viel Fleisch, wenig Beilage – so lieben es die Amerikanerinnen und Amerikaner. Doch auch die zahlreichen Einflüsse der Einwanderungskultur sind im Alltag des Landes an vielen Ecken zu spüren. Und gehen natürlich an der Essenskultur nicht spurlos vorbei, greift sie doch die unterschiedlichen Geschmacksrichtungen auf und macht diese somit vielfältiger.



Bagels

Bagels sind ein amerikanischer Klassiker. Sie fanden ihren Weg durch polnisch-jüdische Einwanderinnen und Einwanderer in die USA, die sie mitbrachten. Am Sabbat ist es ihnen nicht erlaubt zu arbeiten und dazu zählt auch das Backen von Brot. Um nach Sonnenuntergang trotzdem frisches Gebäck genießen zu können, wurden die Teiglinge bereits bis zu zwei Tage im Voraus zubereitet und im Kühlschrank aufbewahrt. Und da Bagels, bevor sie in den Ofen kommen, zunächst in heißem Wasser sieden, sollen sie nach einer weit verbreiteten Lesart auch nicht als Brot gelten und somit nicht dem Arbeitsverbot am Sabbat unterliegen. So steht frisch gemachten Bagels auch am siebten Tag der Woche nichts entgegen.

Schwierigkeitsgrad:	☆☆☆
Getreide:	Weizen, Roggen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	fest
Zeit gesamt:	7,5 Stunden
Zeit am Backtag:	7,5 Stunden
Starttemperatur:	200°C
Backtemperatur:	180°C
Backzeit:	22-24 Minuten
Schwaden:	nein

Vorteig

- ▶ 100 g Weizenmehl 550
- ▶ 50 g Roggenmehl 1150
- ▶ 100 g Wasser
- ▶ 3 g Frischhefe

Die Zutaten gründlich vermischen und 120 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur reifen lassen.

Hauptteig*

- ▶ Vorteig
- ▶ 320 g Weizenmehl 550
- ▶ 30 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 200 g Milch (kalt)
- ▶ 30 g Zucker
- ▶ 15 g Schweineschmalz (alternativ Butter, Raumtemperatur, spätere Zugabe)
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 5 g Frischhefe

AUSSERDEM:

- ▶ 1.000 g Wasser
- ▶ 1 Esslöffel Honig

TOPPING:

- ▶ Mohn und Sesam (nach Bedarf)

*Ergibt 10 Bagels

Tipp:

Alternativ kann man die Hefe im Vorteig auf 0,5 g reduzieren und ihn über Nacht abgedeckt bei Raumtemperatur reifen lassen. Wenn die Bagels ohne Saaten gebacken werden: Nach dem Backen mit etwas Wasser besprühen, so behalten sie ihren Glanz.



🌐 Alle Zutaten des Hauptteigs, bis auf das Schmalz, 10 Minuten auf schnellerer Stufe kneten. Schmalz zugeben und weitere 5 Minuten kneten. Den Teig zu einer Kugel formen und abgedeckt 120 Minuten bei Raumtemperatur zur Gare stellen. Nach 60 Minuten den Teig kurz von Hand kräftig durchkneten.

🌐 Den Teig in 10 gleichmäßige etwa 80 g wiegende Portionen teilen und locker rundwirken. Die Teiglinge für 30 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur ruhen lassen. (Bild 1)

🌐 Jeden Teigling mittig durchstechen und etwas auseinanderziehen. Wie groß das Loch wird, kann selbst entschieden werden. Die Teiglinge ruhen abgedeckt weitere 120 Minuten bei Raumtemperatur. (Bild 2+3)

🌐 Nach 60 Minuten die Teiglinge aufdecken, sodass die Ringe eine Haut bilden können. (Bild 4)

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



🌐 Kurz vor Schluss der Gare das Wasser mit dem Honig in einem Topf aufkochen und den Herd ausschalten, das Wasser darf nicht mehr kochen. Die Bagels nun nacheinander ins Wasser legen und jede Seite für etwa 10 Sekunden baden.

🌐 Die Teiglinge auf ein Backblech legen, nach Bedarf mit Sesam und Mohn bestreut, direkt in den Ofen gegeben.

🌐 Die Bagels 10 Minuten bei 200°C backen, die Temperatur auf 180°C reduzieren und weitere 12-14 Minuten fertigbacken. 🍳

Tipp

Klassischerweise wird dieses Gebäck anders geformt: Aus den Teiglingen wird eine längliche Rolle geformt, die dann um die Hand gelegt wird. Die überlappenden Teigenden werden unter der Handfläche auf einer Oberfläche gerollt, bis sie sich zu einem Ring verbunden haben.





Werde Sauerteig- Profi

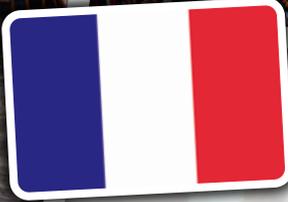
**12 Ausgaben BROT
plus BROTFibel Sauerteig**

BROT-Abo für 2 Jahre abschließen und als Geschenk die BROTFibel Sauerteig erhalten.

Der Bezugspreis für das Abonnement beträgt 64,00 Euro (EU/Schweiz 74,00 Euro, restliches Ausland 110,00 Euro). Nach Ablauf der 2 Jahre läuft das Abonnement als Jahresabo weiter und verlängert sich jeweils um ein weiteres Jahr. Sie können es ab dann aber jederzeit kündigen und erhalten das Geld für bereits gezahlte Ausgaben zurück. Im Jahresabo ist auch das Digital-Abo enthalten. Zudem hat man über die **BROT**-App während der Laufzeit des Abonnements Zugriff auf alle in der App erschienenen BROT-Ausgaben.



www.brot-magazin.de/12malbrot
Telefon: 040/42 91 77-110
E-Mail: service@brot-magazin.de



Frankreich

Frankreich ist unbestritten ein Land des kulinarischen Hochgenusses. Die Einheimischen lieben es, die Mahlzeiten mit qualitativ hochwertigen und extravaganten Speisen zu zelebrieren. Sie sitzen stundenlang in einem Straßen-Café und genießen Wein, Käse und Baguette. „La vie est belle“ – dieser Ausdruck umschreibt das französische Lebensgefühl umfassend, das Leben wird genossen und gefeiert. Zu den Klassikern auf dem Teller, beispielsweise getunkt in Café au Lait zum Frühstück, gehört selbstverständlich auch das weltweit beliebte Croissant. Das herrlich buttrig-luftige Gebäck ist wohl eines der bekanntesten Kulturgüter der „Grande Nation“ und versüßt Menschen in nah und fern beinahe rund um die Uhr den Alltag.



Croissants

NO KNEAD-REZEPT

kein Kneten erforderlich

Ein echtes französisches Frühstück kommt ohne frische Croissants und heißen Café einfach nicht aus. Der Plunderteig, hergestellt aus einfachen Zutaten, geschichtet mit Butter, lässt ein kleines Kunstwerk entstehen. Ob herzhaft mit Schinken und Käse oder doch lieber die süße Variante mit einem Nuss-Nougat-Aufstrich oder Marmelade – belegt werden kann das Gebäck ganz nach Belieben. Weitere Alternative: Einfach pur genießen.





1. Butter platzen



2. Falten, ersten Schritt



3. Falten, zweiten Schritt



4. Zweites Falten, ersten Schritt



5. Zweites Falten, zweiten Schritt



6. Nach dem 2. Falten

Teig-Zutaten*

- ▶ 450 g Weizenmehl T55 (alternativ Weizenmehl 550)
- ▶ 130 g Wasser
- ▶ 110 g Milch
- ▶ 40 g Zucker
- ▶ 20 g Frischhefe
- ▶ 10 g Salz

BUTTER-PLATTE:

- ▶ 250 g Butter (kalt)

EISTREICHE:

- ▶ 1 Ei (Größe M)
- ▶ 30 g Milch (kalt)

*Ergibt 7-8 Croissants

Alle Zutaten mit den Händen vermischen und verkneten, sodass sie sich gut miteinander verbinden. Den Teig luftdicht verschließen und zirka 10 Stunden in den Kühlschrank geben.

Die Butter 30 Minuten bei Raumtemperatur akklimatisieren lassen. Zwischen zwei Blätter Backpapier legen und mit einem Nudelholz in eine quadratische Form drücken. Die Ränder begradigen und so immer wieder in Form bringen. Am Ende sollte eine zirka 16 x 16 cm große Platte entstehen. Mit dem Backpapier verschließen und zirka 10 Stunden in den Kühlschrank geben.

Die Butter aus dem Kühlschrank nehmen und 30 Minuten akklimatisieren lassen. Die Butterplatte und der Teig sollten beim Aufarbeiten in etwa die gleiche Konsistenz haben.

Die weitere Verarbeitung sollte möglichst schnell gehen, damit sich die Zutaten nicht zu sehr erwärmen. Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche vorsichtig länglich ausrollen. Dabei sollte er eine Größe von etwa 16 x 32 cm haben, doppelt so lang wie eine Seite der Butter.

Die Butter auspacken und mittig auf den Teig legen. (Bild 1)

Überstehenden Teig oben und unten über die Butter legen, sodass er in der Mitte bündig abschließt. (Bild 2+3)

Den Teig um 90° drehen, sodass die offenen Seiten (zunächst rechts und links) nun nach oben und unten zeigen. Den Teig auf eine Länge von etwa 30 cm vorsichtig ausrollen (oben und unten), wie bereits im ersten Schritt. Ein Drittel des Teiges von der kurzen Seite nach innen falten, dann mit der gegenüberliegenden Seite ebenso verfahren und ein Drittel zur Mitte falten, sodass nun drei Lagen des Teiges übereinander liegen. Abgedeckt 30 Minuten in den Kühlschrank legen. (Bild 4-6)





Tipp:
Backstarkes Mehl hat einen erhöhten Proteingehalt und bessere Klebeeigenschaften. Der Teig lässt sich gut kneten und formen.



Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben. Die offenen Enden zeigen wieder nach oben und unten. Den Teig auf eine Länge von 30 cm vorsichtig ausrollen. Zwischendurch prüfen, dass er nicht an der Arbeitsplatte klebt, bei Bedarf Mehl auf die Arbeitsplatte nachgeben. Wieder wie im Arbeitsschritt zuvor zusammenfalten. Abgedeckt nochmal 30 Minuten in den Kühlschrank legen.

Den Teig aus dem Kühlschrank auf die bemehlte Arbeitsfläche geben. Die offenen Seiten zeigen nach oben und unten. Den Teig vorsichtig auf eine Länge von 30 cm ausrollen und wieder zusammenfalten. Den Teig abgedeckt 2-3 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Den Teig herausnehmen und zu einer zirka 5 mm dünnen Platte ausrollen. Mit einem scharfen Messer Dreiecke ausschneiden (zirka 10 x 30 cm, Bild 7).

Die Teigstücke vorsichtig langziehen (Bild 8) und straff von der breiten Seite her aufrollen (Bild 9). Mit dem Schluss nach unten auf ein Backblech legen.

In Folie luftdicht verschlossen 2,5-3 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen.

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

Bereit zum Backen sind die Teiglinge, sobald sich die einzelnen Schichten sichtbar voneinander trennen und sie deutlich an Volumen zugenommen haben. (Bild 10) Rüttelt man vorsichtig am Backblech, wackeln die Teiglinge ganz locker hin und her.

Ei und Milch für die Eistreiche verrühren. Die Teiglinge damit bestreichen und in den vorgeheizten Ofen geben. 18-20 Minuten goldbraun backen. ■



Schwierigkeitsgrad:	★★★★
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	fest
Zeit gesamt:	17 Stunden
Zeit am Backtag:	7 Stunden
Backzeit:	18-20 Minuten
Starttemperatur:	200°C
Backtemperatur:	200°C
Schwaden:	nein



Taiwan



Das beste Essen der Welt – diesen Titel schrieb CNN im Jahr 2017 der Taiwanesischen Küche zu. Nicht zu unrecht. Sind die Speisen aus dem asiatischen Land doch beeinflusst durch verschiedene spannende ethnische Einflüsse, unter anderem den der hochgelobten japanischen Küche. Am häufigsten stehen dabei Reis, Schweinefleisch und Sojabohnen auf der Einkaufsliste der Einheimischen. Rind hingegen ist selten zu finden, an dieser Stelle macht sich insbesondere der Einfluss des Buddhismus im Land bemerkbar. Ein besonders skurilles Exportprodukt ist der Bubble Tea, bei dessen Verzehr man beim Trinken auf glitschige, gummiartige Kugeln stößt. Diesen gibt es in unterschiedlichen Geschmacksrichtungen. Die Basis bilden grüner oder schwarzer Tee. Wer sich auf den Weg nach Taiwan macht, wird nicht an den unzähligen kleinen Snacks vorbeikommen, die dort an jeder Straßenecke angeboten werden. Gua Baos sind eben solche Happen. Als „kleines Essen“ werden im Inselstaat derartige Gerichte mit dem Begriff „Xiaochi“ bezeichnet.



Gua Bao

NO KNEAD-REZEPT

kein Kneten erforderlich



Gua Baos sind kleine Brötchen, die traditionell mit Fleisch, Fisch oder Tofu gefüllt und dampfgegart werden. Garniert mit Erdnüssen, haben sie außerdem einen angenehmen Crunch. Sojasoße und Koriander verleihen dem Snack den außergewöhnlichen Touch, der alle Kostenden geschmacklich nach Taiwan reisen lässt.

- Alle Zutaten etwa 10 Minuten mit den Händen zu einem festen Teig verkneten und 120 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur ruhen lassen. Nach 60 Minuten den Teig kurz per Hand durchkneten.
- In der Zwischenzeit das Fleisch zubereiten. Die Schwarte kann bei Bedarf vom Fleisch getrennt werden.
- Das Fleisch in kleine Streifen, Zwiebel in Würfel schneiden und Knoblauch grob hacken.
- Das Fleisch rundherum 5 Minuten scharf bei hoher Hitze anbraten. Die Temperatur auf mittlere Hitze reduzieren, Zwiebel und Knoblauch hinzugeben und weitere 5 Minuten garen. Die übrigen Zutaten miteinander vermischen und zum Fleisch geben.
- Mit geschlossenem Deckel 15 Minuten kochen lassen. Den Deckel abnehmen und weitere 15-20 Minuten kochen lassen. Durch den klebrigen Reissirup und den Wasserverlust beginnt das Fleisch schon bald zu karamellisieren. Sternanis und Ingwer am Ende der Kochzeit entfernen.
- Den Teig auf der Arbeitsplatte ohne Mehl ausrollen und 10 Kreise mit einem Durchmesser von 7 cm ausstechen. Den restlichen Teig wieder zu einer Kugel verkneten. Den Teig 20 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur ruhen lassen.
- Die Kreise dünn auf der oberen Seite mit Öl bestreichen, einmal umklappen, sodass ein Halbmond entsteht und sich das Öl innen befindet. Mit dem Nudelholz leicht flachrollen.
- Die Teiglinge auf kleine Stücke Backpapier legen und abgedeckt 30 Minuten bei warmer Temperatur (zirka 30°C, zum Beispiel in der Nähe einer Heizung) zur Gare stellen Währenddessen mit dem zweiten Teig ebenso verfahren..

Schwierigkeitsgrad:



Getreide:

Weizen

Triebmittel:

Hefe, Backpulver

Teigkonsistenz:

fest

Zeit gesamt:

4,5 Stunden

Zeit am Backtag:

4,5 Stunden

Garzeit:

15 Minuten

- Die Brötchen 15 Minuten bei schwacher Hitze dampfgaren. Dazu kann ein klassischer Dampfger oder auch ein gelöcherter Aufsatz für einen Kochtopf genutzt werden.

- Die Gua Baos mit der Füllung belegen, die Gurke verteilen und mit Erdnüssen und Koriander nach Belieben bestreuen. ■



Teig-Zutaten*

- ▶ 300 g Weizenmehl 550
- ▶ 160 g Wasser (warm)
- ▶ 15 g Speiseöl (neutral)
- ▶ 5 g Salz
- ▶ 5 g Zucker
- ▶ 3 g Trockenhefe
- ▶ 3 g Backpulver

Füllung

- ▶ 500 g Schweinebauch
- ▶ 150 g Wasser
- ▶ 1 Zwiebel
- ▶ 6 Knoblauchzehen
- ▶ 60 g Sojasoße
- ▶ 50 g Hühnerbrühe
- ▶ 30 g Sherry (optional)
- ▶ 20 g Reissirup (alternativ Honig)
- ▶ 10 g frischer Ingwer (in Scheiben)
- ▶ 1 Stück Sternanis
- ▶ Pfeffer

TOPPING:

- ▶ Koriander (frisch)
- ▶ Erdnüsse (geröstet, gehackt)
- ▶ 1 Gurke (in Streifen geschnitten)

*Ergibt zirka 20 Gua Baos



Portugal

Fußball kommt wohl vielen in den Sinn, die an Portugal denken. Dabei hat das Land auf der Iberischen Halbinsel viel mehr zu bieten als den Europameister-Titel von 2016. Für Surferinnen und Surfer ein wahres Paradies, Kulturfaszinierte lieben die atemberaubende Architektur und Reisende haben ihre wahre Freude an außergewöhnlichen Fischgerichten. An der Algarve lässt sich nicht nur wunderbar Strandurlaub machen, die Anbauggebiete des weltweit bekannten Portweins laden zu langen Wanderungen ein, Lissabon zu einer Städtereise. Dabei darf auch die kulinarische Stärkung nicht fehlen.



Pasteis de Nata

Einem Bezirk Lissabons, Belem, entstammen die Pasteis de Nata. Daher werden sie oft auch Pasteis de Belem genannt. Gebacken wurden sie im frühen 19. Jahrhundert von portugiesischen Mönchen im Hieronymus-Kloster. Das heutige Weltkulturerbe ist die Geburtsstätte der kleinen Leckereien: Einer der Mönche verkaufte das Rezept seinerzeit an die benachbarte Zuckerraffinerie. Von dort aus gehen Pasteis de Nata heute noch nach ihrem Originalrezept über die Ladentheke.

Schwierigkeitsgrad:	★★★★
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	ohne
Teigkonsistenz:	bindig
Zeit gesamt:	13,5 Stunden
Zeit am Backtag:	60 Minuten
Backzeit:	14-16 Minuten
Starttemperatur:	270°C
Backtemperatur:	270°C
Schwaden:	nein

Teig-Zutaten*

- ▶ 150 g Weizenmehl 550
- ▶ 90 g Wasser (kalt)
- ▶ 1 g Salz

TOPPING:

- ▶ 80-100 g Butter (warm)

AUSSERDEM:

- ▶ Zimt
- ▶ Puderzucker

*Ergibt 12-14 Pasteis de Nata

Vanillepudding

- ▶ 190 g Milch (kalt)
- ▶ 75 g Zucker
- ▶ 3 Eigelb (Größe M)
- ▶ 35 g Wasser
- ▶ 25 g Weizenmehl 405
- ▶ 1 Zimtstange (optional)
- ▶ 4 g Vanilleextrakt

Den Zucker mit dem Wasser und der Zimtstange bei mittlerer Hitze in einem Topf erhitzen und etwa 5 Minuten zu einem Sirup einkochen. Die Zimtstange entfernen.

In einem zweiten Topf Milch, Vanilleextrakt und Mehl kalt verrühren und bei mittlerer Hitze aufkochen bis eine puddingartige Konsistenz entsteht.

Vom Herd nehmen und das Eigelb schnell einrühren. Schließlich noch den Zuckersirup einrühren. Es entsteht eine flüssige Masse, die beim Backen fest wird.



🌐 Alle Zutaten 2-3 Minuten bei schneller Geschwindigkeit verkneten und den Teig 30 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur ruhen lassen.

🌐 Den Teig zu einem etwa 35 x 25 cm großen Rechteck ausrollen und zwei Drittel der Fläche mit der weichen Butter bestreichen. Den nicht bestrichenen Teil zur Mitte falten und das andere Stück ebenfalls einklappen. (Bild 1-3)

🌐 Den Teig drehen, sodass die offenen Enden nach rechts und links zeigen. (Bild 4)

🌐 Den Teig abermals zu einem Rechteck ausrollen und erneut zu 2/3 mit der weichen Butter bestreichen. Wie im ersten Schritt, wird der nicht-bestrichene Teil zur Mitte gefaltet und die andere Seite ebenfalls eingeklappt. Den Teig abgedeckt 5-10 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

🌐 Den Teig wieder zu einem Rechteck ausrollen. Den ausgerollten Teig vollständig mit der weichen Butter bestreichen. Beginnend von unten, den Teigling zu einer Schnecke aufrollen.

🌐 Den Teig luftdicht verpackt 12 Stunden in den Kühlschrank geben. (Bild 5)

🌐 Den Ofen rechtzeitig auf 270°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Während des Aufheizens den Vanillepudding zubereiten.

🌐 Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und in gleichmäßig große, zirka 4 Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Mit dem Schnitt nach oben in eine gefettete Backform legen. Die Finger mit kaltem Wasser befeuchten und den Teig in die Form drücken, dabei gleichmäßig auseinander streichen. (Bild 6-9)

🌐 Den Vanillepudding jeweils zur Hälfte des Teiglings in die Förmchen füllen. (Bild 10)

🌐 Die Teiglinge 14-16 Minuten backen. Nach Belieben mit Zimt und Puderzucker bestreuen. 🍴



Tipp:
Zum Backen eignet sich ein Muffinblech sehr gut. Gegessen wird das Gebäck traditionell warm.





Slowakei

Milch, Kraut, Fleisch und Kartoffeln – dabei handelt es sich um die Hauptbestandteile der slowakischen Küche. Zwar werden sich nun auch viele Köchinnen und Köche aus dem deutschsprachigen Raum in dieser Liste wiedererkennen, doch so ähnlich die Zutaten auch sind, in der Slowakei werden diese zu einer ganz eigenständigen, deftig-reichhaltigen Kulinarik kombiniert. Dennoch fühlt man sich als Besucherin oder Besucher gleich ein Stück heimisch, wenn man durch die Straßen von Bratislava schlendert und Land sowie Leute kennenlernt. Hält man es mit den Philosophen, kann man sich dem römischen Kaiser Mark Aurel nahe fühlen: Er verfasste sein Werk der Selbstbetrachtungen auf dem heutigen Gebiet der Slowakei. Weniger philosophisch, sondern voller Tatendrang sollte man sich der Zubereitung traditioneller Speisen des Landes widmen.





Trdelníki

Prag hat Trdelníki berühmt gemacht. Millionen Gäste aus aller Welt haben dort bereits an dem Gebäck geknabbert und erinnern sich wohligh zurück. Nicht selten wurde ihnen weisgemacht, es handle sich um eine alt-böhmische, also tschechische Spezialität. Die Wahrheit ist eine andere. Die Wurzeln der süßen Knabberei liegen im slowakischen Skalica. Dort ersann der Koch József Gvadányi die Mischung aus Baumkuchen und ungarischem Striezel im 18. Jahrhundert. Während die Marketing-Leute noch streiten, wird hier lieber der Teig bereitet. Für den Genuss einer süßen Leckerei, die man sonst in den Straßen der Moldau-Metropole genießt.

 Alle Zutaten 10 Minuten auf schnellerer Stufe zu einem festen Teig verkneten. Den Teig zu einer Kugel formen und abgedeckt 12 Stunden in den Kühlschrank zur Gare stellen.

 Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und 60 Minuten bei Raumtemperatur akklimatisieren lassen. Rechtzeitig die backfesten Formen vorbereiten. Die klassische Form kann mit einem runden, länglichen Gegenstand simuliert werden.

 Den Teig in 5-6 gleichgroße Portionen zu jeweils 85 g teilen und in 80 cm lange Stränge ausrollen.



Schwierigkeitsgrad:	★★★★
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	fest
Zeit gesamt:	17 Stunden
Zeit am Backtag:	5 Stunden
Backzeit:	18-20 Minuten
Starttemperatur:	180°C
Backtemperatur:	180°C
Schwaden:	nein

Teig-Zutaten*

- ▶ 250 g Weizenmehl 550
- ▶ 70 g Milch
- ▶ 2 Eigelb (Größe M)
- ▶ 1 Ei (Größe M)
- ▶ 50 g Butter (kalt)
- ▶ 15 g Zucker
- ▶ 10 g Frischhefe
- ▶ 5 g Salz
- ▶ 2 g Vanilleextrakt

TOPPING:

- ▶ Speiseöl (neutral)
- ▶ Zucker (zum Wälzen)
- ▶ Zimt (nach Geschmack)

*Ergibt 5-6 Trdelníki



1. Teigstrang um die Form legen



2. Ausrollen



3. Zucker aufbringen



4. Backfertige Teiglinge



Traditionell werden die Trdelniki über Holzkohle zubereitet.

- 🌐 Die Formen mit Öl bestreichen und mit jeweils einem Teigstrang umwickeln. Zwischen den einzelnen Streifen Abstand halten. (Bild 1)
- 🌐 Die Formen vorsichtig hin- und herrollen. Der Teig wird so flachgedrückt und die zuvor ausgesparten Zwischenräume werden ausgefüllt. (Bild 2)
- 🌐 Den Teig rundherum nochmal dünn mit Öl bestreichen und im Zucker wälzen. Nach Geschmack kann auch Zimt in den Zucker gemischt werden. (Bild 3)
- 🌐 Die Teiglinge 90-120 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen. (Bild 4)
- 🌐 Den Ofen rechtzeitig auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- 🌐 Die Trdelniki für 18-20 Minuten goldbraun backen. 🍴

Tipp

Der Teig kann bis zu 20 Stunden im Kühlschrank stehen. Die Hefeaktivität wird durch die sofortige Kälte verlangsamt, der Teig erhält durch die lange Gare ein wunderbares Aroma.



Israael

Nach den Gesetzen des jüdischen Glaubens darf am siebten Tag der Woche, dem Sabbat, keine Arbeit verrichtet werden. Die Einhaltung ist eines der Zehn Gebote im Judentum. Er dauert vom Sonnenuntergang am Freitag bis zum Eintritt der Dunkelheit am folgenden Samstag. Grund dafür: Im jüdischen Kalender geht ein Tag nicht von 0 bis 24 Uhr, sondern vom Abend bis zum Abend des nächsten Tages. Eingeschlossen in das Arbeitsverbot ist auch die Untersagung, Brot zu backen. Um dennoch ein frisches Brot zum Frühstück auf dem Tisch zu haben, haben sich die Gläubigen etwas einfallen lassen: Kubaneh.



Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	bindig
Zeit gesamt:	8 Stunden
Zeit am Backtag:	8 Stunden
Backzeit:	25-30 Minuten
Starttemperatur:	190°C
Backtemperatur:	190°C
Schwaden:	nein

Tipp:

Statt weicher Butter kann beim Formen der Teiglinge auch geschmolzenes Butterschmalz (Ghee) verwendet werden.

Vorteig

- ▶ 150 g Weizenmehl 550
- ▶ 80 g Wasser
- ▶ 5 g Frischhefe

Alle Zutaten gründlich vermischen und 120 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen.

Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ 350 g Weizenmehl 550
- ▶ 150 g Milch (kalt)
- ▶ 1 Ei (Größe M)
- ▶ 30 g Zucker
- ▶ 30 g Butter (kalt, in Stückchen)
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 5 g Frischhefe

TOPPING:

- ▶ Schwarzkümmel-Samen
- ▶ 1 Ei (Größe M)
- ▶ Milch

AUSSERDEM:

- ▶ 20 g Speiseöl (neutral, z.B. Sonnenblumenöl)
- ▶ Butter (weich)



Kubaneh

Kubaneh ist ein Hefengebäck, das traditionell bei niedriger Temperatur mehrere Stunden über Nacht gebacken wird. Es wurde von jeminitischen Juden nach Israel gebracht, die heute größtenteils dort leben. Ähnlich wie Croissants, wird aus mehrfach gefaltetem Teig eine buttrig-reichhaltige Delikatesse, die man am besten einfach auf den Tisch stellt – so können sich alle ein Stück zupfen. Wer den Ofen nachts nicht gern unbeaufsichtigt lassen möchte, backt wie hier eine leicht abgewandelte Variante.

🌐 Alle Zutaten des Hauptteiges 10 Minuten auf schnellerer Stufe verkneten. Den Teig 120 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur ruhen lassen. Nach 60 Minuten wird der Teig vollständig mit dem Öl eingerieben.

🌐 Den Teig in 12 gleichgroße Portionen zu jeweils etwa 70 g teilen. Da der Teig mit Öl benetzt ist, ist für das weitere Aufarbeiten kein Mehl nötig.

🌐 Die Teiglinge jeweils locker rundformen und abgedeckt 15 Minuten bei Raumtemperatur ruhen lassen. (Bild 1)

🌐 Die Arbeitsfläche mit weicher Butter einfetten. Je einen Teigling darauf geben. Die Hände mit Butter bestreichen und jeden Teigling zu einem dünnen Rechteck auseinanderstreichen. Der Teig kann dabei an einigen Stellen reißen. (Bild 2)



1. Rundformen



2. Auseinanderstrecken



3. Bestreuen



4. Falten, 1. Schnitt



5. Falten, 2. Schnitt



6. Aufrollen



7. Fertige Rolle

🌐 Eine Form (rund, etwa 25 cm Durchmesser) einfetten. Auf jedes Rechteck einige Schwarzkümmel-Samen streuen. Die Seiten jedes Teiglings zur Mitte einklappen. Von oben beginnend, wird der Teig nun zu einer Schnecke aufgerollt und hochkant in der Form platziert. (Bild 3-7)

🌐 Mit allen Teiglingen so verfahren. Zwischen den Schnecken jeweils etwas Abstand lassen. 120 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen. (Bild 8)

🌐 Den Ofen rechtzeitig auf 190°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

🌐 Das Ei mit der Milch verquirlen und die Teiglinge damit direkt vor dem Backen bestreichen. 25-30 Minuten goldbraun backen. Nach dem Backen aus der Form lösen und abkühlen lassen. 🍴



8. Backfertige Teiglinge



Spanien



Tapas, Aioli, Paella – die spanische Küche ist den meisten wohl aus Urlauben oder auch dem Besuch vom spanischen Restaurant um die Ecke bekannt. Dabei ist sie noch vielfältiger und eine Reduzierung auf die genannten Klassiker wäre eine Farce, ist sie doch dominiert von regionalen Speisen. Fisch- und Fleischgerichte in unterschiedlichen Kreationen, Gemüsebeilagen, die den Sommer auf den Tisch zaubern, oder auch süße Nachspeisen wie die Crema Catalana sind eine Wohltat für den Gaumen. Zum Frühstück mögen es die Spanierinnen und Spanier hingegen meist reduzierter: Zu einem Kaffee werden Gebäck oder Kekse gereicht. So wie Churros, ein knuspriges Spritzgebäck mit einem typisch sternförmigen Querschnitt, die viele Menschen von hiesigen Weihnachtsmärkten oder Stadtfesten kennen.

NO KNEAD-REZEPT

kein Kneten erforderlich

Churros

Churros erhalten ihre Form beim Spritzen des Teiges durch eine Tülle direkt in das heiße Fett. Saison hat das zimtige Siedegebäck vor allem zur Weihnachtszeit, aber auch im Sommer lassen es sich die Einheimischen sowie die zahlreichen Gäste nicht nehmen, Churros zu genießen. Oftmals wird eine warme, dick angerührte Schokoladensoße zum Gebäck serviert. Auch mit Pudding oder Marmelade gefüllte Churros überzeugen Leckermäuler.

🌐 Alle Zutaten, außer Mehl und Ei, in einen Topf geben und aufkochen. Die Hitze reduzieren und das Mehl hinzugeben. Unter ständigem Rühren alles miteinander vermischen. Der Teig wird zu einem Klumpen. Diesen weiterrühren, bis sich am Topfboden eine dünne weiße Schicht bildet. Der Teig wird so „abgebrannt“.

🌐 Die Masse in eine Schüssel geben und 20 Minuten bei Raumtemperatur abgedeckt abkühlen lassen.

🌐 Das Ei hinzugeben und untermischen.

🌐 Das Öl in einem Topf bei mittlerer Stufe erhitzen. Die Temperatur sollte zwischen 160 und 180°C liegen. Zur Probe ein kleines Stück vom Teig in das Öl geben: Wenn sich drumherum Bläschen bilden und das Stück aufsteigt, ist das Öl heiß genug.

🌐 Den Teig in einen Spritzbeutel füllen und portionsweise Teigstränge direkt in das heiße Öl drücken. Sie sollen in diesem schwimmen können. Den Teig direkt an der Tülle abtrennen. Form und Länge können beliebig ausfallen. 2-3 Minuten goldgelb ausbacken.

🌐 Die Stangen abtropfen lassen und im Zimtzucker wälzen.

🌐 Für die Schokoladensoße alle Zutaten in einen Topf geben und bei mittlerer Hitze schmelzen lassen. Ständig umrühren, bis sich alle Zutaten verbunden haben. Noch warm zu den Churros servieren. 🍷

Schwierigkeitsgrad: ★☆☆

Getreide: Weizen

Teigkonsistenz: weich

Zeit gesamt: 60 Minuten

Zeit am Backtag: 60 Minuten

Backzeit: 2-3 Minuten

Teig-Zutaten

- ▶ 90 g Weizenmehl 405 (spätere Zugabe)
- ▶ 100 g Wasser
- ▶ 1 Ei (Größe M, spätere Zugabe)
- ▶ 40 g Milch
- ▶ 40 g Butter (kalt)
- ▶ 10 g Zucker
- ▶ 2 g Salz

Schokoladensoße

- ▶ 60 g Butter (kalt)
- ▶ 40 g Creme Fraiche (alternativ Schmand)
- ▶ 20 g Zucker
- ▶ 6 g Backkakao

ZIMTZUCKER:

- ▶ 100 g Zucker
- ▶ 5 g Zimt

AUSSERDEM:

- ▶ Spritzbeutel mit Sterntülle
- ▶ Speiseöl (neutral)



Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	fest
Zeit gesamt:	6,5 Stunden
Zeit am Backtag:	6,5 Stunden
Backzeit:	10-15 Minuten
Starttemperatur:	200°C
Backtemperatur:	200°C
Schwaden:	beim Einschließen, nach 5 Minuten ablassen

Ensaïmada

Sehr beliebt sind die mallorquinischen Ensaïmada mit einer Füllung aus Kürbiskonfitüre. Doch auch ohne viel Schnickschnack, simpel gehalten und auf die wesentlichen Zutaten konzentriert, schmeckt das Hefengebäck von der populären Urlaubsinsel morgens, mittags oder abends – ganz nach eigener Vorliebe.

Teig-Zutaten*

- ▶ 350 g Weizenmehl 550
- ▶ 70 g Wasser (kalt)
- ▶ 70 g Milch (kalt)
- ▶ 1 Ei (Größe M)
- ▶ 30 g Zucker
- ▶ 10 g Frischhefe
- ▶ 8 g Salz

TOPPING:

- ▶ 60 g Schweineschmalz (alternativ Butterschmalz, Raumtemperatur)

*Ergibt 3-4 Ensaïmadas

🌐 Die Zutaten zirka 10 Minuten auf schnellerer Stufe zu einem geschmeidigen Teig verkneten.

🌐 Den Teig zu einer Kugel formen und abgedeckt 2,5 Stunden bei Raumtemperatur zur Gare stellen. Nach 60 Minuten den Teig einmal per Hand durchkneten.

🌐 Den Teig in 3-4 Teiglinge zu jeweils 140 g teilen und jeden Teigling rundwirken. Jeweils 15 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen.

🌐 Das Schmalz in vier gleichgroße Teile teilen.

🌐 Jeden Teigling zu einer ovalen Form ausrollen und mit jeweils einem Stück des Schweineschmalzes bestreichen. Das Schmalz gleichmäßig verteilen, dabei den Teig noch weiter auseinanderziehen. (Bild 1)

🌐 Den Teig von einer Seite aufrollen, sodass ein zirka 40-50 cm langer Teigstrang entsteht. (Bild 2)



🌐 Diesen Teigstrang zu einer Schnecke legen. Das äußere Ende unter die Teigrolle legen, um einen schönen Abschluss zu erhalten. (Bild 3)

🌐 Die Schnecken abgedeckt 2-2,5 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen. (Bild 4)

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

🌐 Die Teiglinge mit Schwaden in den Ofen geben, den Schwaden nach 5 Minuten ablassen. Weitere 5-10 Minuten goldbraun backen. 🍴





Deutschland

Deutschland gilt weltweit als Brot-Nation. In unterschiedlichen Arten und Weisen gibt es das Grundnahrungsmittel zu kaufen: mit Nüssen, Körnern, glutenfrei, als Toast oder Vollkorn-Variante – die Deutschen lieben ihr Brot, praktizieren einen verehrenden Frühstückskult und lassen auf ihr immaterielles UNESCO-Weltkulturerbe eigentlich nichts kommen. Außer einen schmackhaften Belag, versteht sich. Mehr als 3.200 Brot-Variationen wurden beim Deutschen Brotinstitut schon registriert. Am liebsten essen die Allemannen Mischbrote, also Zusammenspiele aus Weizen- und Roggenmehlen. Fast ein Drittel aller verzehrten Brote lässt sich zu dieser Kategorie zählen. Doch das deutsche Ofenrohr auf diese Laibe zu beschränken, wäre ein großer Fehler. Denn auch die süßen Gebäcke werden mit großem Vergnügen genossen, gerne auch frittiert oder mit Zimt und Zucker garniert.



Berliner

Ob zum Karneval im Rheinland, zu Silvester in der gesamten Republik oder zum Sonntagskaffee bei den Großeltern: Berliner sind und bleiben ein wahrer Klassiker der deutschen Backkunst. Gefüllt mit kalorienreichen Zutaten, schmecken sie auch nach ein paar Tagen noch herrlich frisch und lassen sich durch unterschiedliche Füllungen bestens variieren. Dabei spielt es selbstverständlich keine Rolle, ob man sie nun als Krapfen, Pfannkuchen, Kräppel, Küchli oder eben Berliner bezeichnet.

🌐 Die Zutaten 10 Minuten auf schnellerer Stufe verkneten. Den Teig abgedeckt bei Raumtemperatur 90 Minuten gehen lassen.

🌐 Den Teig in 11-12 zirka 65 g wiegende Teiglinge teilen und diese jeweils rundwirken. Mit dem Schluss nach unten auf ein bemehltes Backleinen oder Küchentuch legen. Abgedeckt 90 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.

🌐 Öl zum Frittieren in einen Topf füllen und bei mittlerer Hitze auf zirka 160-170°C erhitzen. Zur Probe ein kleines Stück vom Teig in das Öl geben: Wenn sich drumherum Bläschen bilden und das Stück aufsteigt, ist das Öl heiß genug.

🌐 Die Teiglinge nacheinander vorsichtig mit dem Schluss nach oben in das heiße Öl geben und jede Seite 2 Minuten ausbacken. Aus dem Topf nehmen und abtropfen lassen. Vor dem Servieren mit Puderzucker bestreuen. 🍴

Tipp

Der Vorteig und das Kochstück können am Abend zuvor zubereitet und im Kühlschrank aufbewahrt werden. Sollten die Berliner beim Frittieren zu schnell dunkel werden, die Hitze etwas reduzieren. Wer möchte, kann sie selbstverständlich auch mit Konfitüre oder Pudding füllen – ganz nach Geschmack. Dazu eine Spritztüle verwenden. Entweder mit einem speziellen Aufsatz oder man schneidet die Tülle vorne auf. In den ausgebackenen Berliner stecken und die Masse einfüllen.

Schwierigkeitsgrad: ★★★

Getreide: Weizen

Triebmittel: Hefe

Teigkonsistenz: fest

Zeit gesamt: 14-28 Stunden

Zeit am Backtag: 3,5 Stunden

Backzeit: 4 Minuten

Vorteig

▶ 100 g Weizenmehl 550

▶ 100 g Wasser (kalt)

▶ 0,1 g Frischhefe

Zutaten gründlich miteinander verrühren und 10-12 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur zur Gare stellen.

Kochstück

▶ 25 g Weizenmehl 550

▶ 125 g Milch (kalt)

Die Zutaten kalt verrühren. Die Masse auf dem Herd auf mittlere Hitze erwärmen. Unter ständigem Rühren dickt sie nach kurzer Zeit ein und nimmt eine puddingartige Konsistenz an. Die Masse in ein geeignetes Gefäß geben und luftdicht verschließen. Mindestens 120 Minuten, maximal 24 Stunden im Kühlschrank abkühlen lassen.

Hauptteig*

▶ Vorteig

▶ Kochstück

▶ 375 g Weizenmehl 550

▶ 50 g Milch (kalt)

▶ 1 Ei (Größe M)

▶ 35 g Zucker

▶ 1 Eigelb (Größe M)

▶ 20 g Butter (kalt)

▶ 12 g Frischhefe

▶ 5 g Salz

▶ Abrieb einer Bio-Zitrone (unbehandelt, optional)

TOPPING:

▶ Puderzucker

AUSSERDEM:

▶ 900 g Speiseöl (neutral)

*Ergibt 11-12 Berliner

Franzbrötchen

In der Freien und Hansestadt Hamburg kann eine Bäckerei ohne sie nicht überleben. Es gibt sogar Filialen, die sich einzig und allein den unterschiedlichsten Variationen dieses Gebäckes verschrieben haben: mit Schokostückchen, Körnern oder Streuseln – es gibt Franzbrötchen in ungezählten Versionen. Mit der klassischen Zimt-Zucker-Variante kann man allerdings nichts falsch machen, die schmeckt wohl (beinahe) allen Einwohnerinnen und Einwohnern der Elbmetropole.



Vorteig

- ▶ 150 g Weizenmehl 550
- ▶ 100 g Milch (kalt)
- ▶ 0,5 g Frischhefe

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

Hauptteig*

- ▶ Vorteig
- ▶ 350 g Weizenmehl 550
- ▶ 100 g Milch (kalt)
- ▶ 70 g Wasser (kalt)
- ▶ 1 Ei (Größe M)
- ▶ 50 g Zucker
- ▶ 50 g Butter (kalt)
- ▶ 12 g Frischhefe
- ▶ 5 g Salz

BUTTER-PLATTE:

- ▶ 250 g Butter (kalt)

ZIMTZUCKER:

- ▶ 150 g Zucker
- ▶ 5 g Zimt

*Ergibt 10-12 Franzbrötchen

🌐 Die Butter für die Butter-Platte 30 Minuten bei Raumtemperatur akklimatisieren lassen. Zwischen zwei Blätter Backpapier legen und mit einem Nudelholz in eine quadratische Form drücken. Die Ränder geradeschieben und immer wieder in Form bringen. Am Ende sollte eine etwa 18 x 18 cm große Platte entstehen. Vollständig in das Backpapier einwickeln und 10-12 Stunden in den Kühlschrank legen.

🌐 Die Zutaten für den Hauptteig etwa 10 Minuten auf schnellerer Stufe verkneten. Den Teig abgedeckt 120 Minuten bei Raumtemperatur zur Gare stellen. Nach 60 Minuten kurz per Hand durchkneten.

🌐 Die Butter 30 Minuten vor der weiteren Verarbeitung aus dem Kühlschrank nehmen.

🌐 Den Teig länglich zu einem Rechteck ausrollen, in der Länge zirka 36 cm (doppelt so lang wie eine Seite der Butter), in der Breite 18 cm. Die Butterplatte mittig auflegen und den Teig darüberlegen, er schließt in der Mitte bündig ab und umschließt so die Butter. (Bild 1)

🌐 Den Teig um 90° drehen, sodass die linke und rechte offene Seite nun nach oben und unten zeigen. Außerdem die Seite, auf der die Teigenden aufeinander treffen, nach unten legen. (Bild 2)

🌐 Den Teig auf eine Länge von 40 cm von oben nach unten zu einem Rechteck ausrollen, wie im ersten Schritt. Die Breite bleibt bestehen. (Bild 3)

🌐 Den Teig von den kurzen Seiten zur Mitte hin überlappend falten und abgedeckt 30 Minuten in den Kühlschrank legen. (Bild 4-5)

🌐 Den Teig aus dem Kühlschrank herausnehmen und auf die Arbeitsplatte legen. Die offenen Enden zeigen wieder nach oben und unten. Von oben nach unten längs auf eine Länge von 40 cm ausrollen (zwischendurch prüfen, dass er nicht an der Arbeitsplatte klebt, bei Bedarf Mehl auf den Teig nachgeben) und wieder von oben und unten überlappend zur Mitte hin zusammenfalten. (Bild 6-7)



1: Butten einarbeiten



2: Teig positionieren



3: Ausrollen



4: Falten, 1. Schritt



5: Falten, 2. Schritt



6: 2. Falten, 1. Schritt



7: 2. Falten, 2. Schritt



8: Bestreuen



9: Scheiben schneiden



10: Eindrücken

- 🌐 Den Teig abgedeckt 30 Minuten in den Kühlschrank legen.
- 🌐 Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und auf die Arbeitsplatte legen. Die offenen Seiten zeigen wieder nach oben und unten. Den Teig auf eine Länge von 40 cm ausrollen und wieder zusammenfalten. Den Teig ein letztes Mal abgedeckt in den Kühlschrank legen, diesmal 120 Minuten.
- 🌐 Den Teig herausnehmen und zu einer zirka 40 x 40 cm großen Platte ausrollen.
- 🌐 Zimt und Zucker mischen. Den Teig dünn mit Wasser bestreichen und großzügig mit Zimtzucker bestreuen, einen schmalen Rand an einer Seite aussparen. (Bild 8)
- 🌐 Den Teig stramm aufrollen, der ausgesparte Rand verschließt die Rolle. In zirka 4 cm breite Scheiben schneiden (Bild 9)
- 🌐 Jede Scheibe mittig von oben eindrücken. (Bild 10)
- 🌐 Die Teiglinge abgedeckt 2,5-3 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen.
- 🌐 Den Ofen rechtzeitig auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- 🌐 Franzbrötchen etwa 20 Minuten goldbraun backen. 🍞

Schwierigkeitsgrad:	★★★★
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	fest
Zeit gesamt:	19,5-21,5 Stunden
Zeit am Backtag:	9-9,5 Stunden
Starttemperatur:	200°C
Backtemperatur:	200°C
Backzeit:	20 Minuten
Schwaden:	nein



Polen

Am letzten Donnerstag vor Beginn der Fastenzeit, die mit dem Aschermittwoch startet, kann man in Polen mit gesundem Essen einfach nicht punkten. Es ist der „fette Donnerstag“. 2018 sollen die Polinnen und Polen an diesem Tag mehr als 100 Millionen Donuts gegessen haben. Vorzugsweise viel Fleisch und süße Speisen füllen den Kohlenhydratspeicher für die anstehenden, mageren Tage. Kalorien werden da mal nicht gezählt und der Verzehr von Backwaren wird dringend empfohlen. Der Verzicht auf oder das Ausschlagen von angebotenem Essen soll Unglück bringen. In großen Mengen wird man daher überall im Lande leckere Faworki finden. Aber auch im übrigen Jahr sind diese ein wahrer Genuss.





Faworki

Faworki sind kleine Schleifchen und wunderbar als Snack geeignet. Besonders ist der Wodka im Teig des Schmalzgebäcks. Er verleiht ihm – zusammen mit der Milch – seine fluffige Krume. Der hohe Ei-Anteil trägt sein Übriges zu einem saftigen Geschmack bei. Der Begriff Faworki ist übrigens dem dem Französischen entlehnt – als Bezeichnung für bunte Schleifen. Sie wurden den Damen im Mittelalter von ihren Rittern angeheftet und später unter Liebenden ausgetauscht. In den USA heißt das Einwanderungs-Gebäck Angel Wings (Engelsflügel).

- 🌐 Die Zutaten etwa 10 Minuten auf schnellerer Stufe verkneten, bis ein geschmeidiger Teig entsteht.
- 🌐 Den Teig abgedeckt 60-120 Minuten bei Raumtemperatur ruhen lassen.
- 🌐 Den Teig in 4 Portionen à 400 g teilen. Alle Teiglinge vorsichtig auf 2 mm Dicke länglich ausrollen.
- 🌐 Im Folgenden jeweils einen Teigling nach dem anderen bearbeiten. Die übrigen Teiglinge in der Zwischenzeit abdecken, damit sie nicht austrocknen. Für alle Teiglinge folgendermaßen vorgehen: Die Teiglinge in zirka 10 cm lange und 3 cm breite Rechtecke schneiden. Dabei werden die kurzen Enden schräg abgeteilt, sodass sich jeweils ein Parallelogramm ergibt.

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	ohne
Teigkonsistenz:	fest
Zeit gesamt:	100-160 Minuten
Zeit am Backtag:	100-160 Minuten
Backzeit:	2 Minuten

Teig-Zutaten

- ▶ 350 g Weizenmehl 405
- ▶ 45 g Milch
- ▶ 30 g Wodka
- ▶ 4 Eigelb (Größe M)
- ▶ 1 Ei (Größe M)
- ▶ 1 Prise Salz

TOPPING:
▶ Puderzucker

AUSSERDEM:
▶ Speiseöl (neutral, zum Frittieren)



1. Einschneiden



2. Schleife formen, 1. Schritt



3. Schleife formen, 2. Schritt



4. Schleife formen, 3. Schritt



5. Schleife formen, 4. Schritt

🌐 Die Streifen jeweils in der Mitte mit einem Schnitt versehen. (Bild 1)

🌐 Ein Ende wird nun durch das Loch gezogen und es bildet sich so eine Schleife. (Bild 2-5)

🌐 Das Öl in einer hohen Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen. Die Temperatur sollte zwischen 160 und 180°C liegen. Zur Probe ein kleines Stück vom Teig in das Öl geben: Wenn sich drumherum Bläschen bilden und das Stück aufsteigt, ist das Öl heiß genug. Die Faworki müssen beim Ausbacken in dem Öl schwimmen können.

🌐 Nun jeweils eine Schleife nehmen, vorsichtig nochmal auseinanderziehen und in das heiße Fett geben. Von jeder Seite wenige Sekunden backen, sodass sie goldgelb sind.

🌐 Faworki abtropfen lassen und zum Servieren mit Puderzucker bestreuen, noch warm genießen. 🍴

Tipp

Zum Ausrollen kann auch eine Nudelmaschine genutzt werden. Darauf achten, dass das Gebäck nicht zu dunkel wird, sonst schmeckt es bitter.

Glossar

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

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

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

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



Ausstoßen – Während oder nach der Stockgare wird der Teig entweder mehrmals mit der Faust ausgestoßen/eingedrückt oder kurz kräftig durchgeknetet. Ziel ist das Entgasen und Straffen des Teiges. Dabei wird einerseits das Gärgas Kohlendioxid 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 gemahlenes Brot überbrüht werden. Dieses Altbrot bindet etwa die dreifache Menge seines Eigengewichtes an Wasser.

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

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

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

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



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

Falten – siehe **Dehnen und Falten**



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.

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

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

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

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



Krume – Das lockere und elastische Innere eines Brotes, das von der Kruste umgeben wird. Von der Krume hängt der Nährwert des Brotes ab. Geschmack und Geruch der Brotkrume werden nicht nur durch die Zutaten beeinflusst. Die Aromastoffe, die in der

Kruste entstehen, ziehen aufgrund des Unterdrucks im Inneren während der Auskühlphase des Brotes durch die gesamte Brotkrume. Die Eigenschaften der Brotkrume (Struktur, Elastizität, Geschmack, Geruch) sind unter anderem abhängig vom Wassergehalt, von den Zutaten, von der Teigführung und der Teigaufarbeitung.

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

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

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



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

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

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

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

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



<http://tinyurl.com/ybnxlqww>  **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.

VORSCHAU

Das nächste **BROT-Sonderheft** erscheint im **April 2021**.

Darin dreht sich alles um **BROT zum Grillen**. Mit kreativen Rezepten für das perfekte Barbecue und leckere Beilagen.



HERAUSGEBER
Sebastian Marquardt,
Tom Wellhausen

REDAKTION
Hans-Henny-Jahnn-Weg 51
22085 Hamburg

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

LEITUNG REDAKTION/GRAFIK
Jan Schönberg

CHEFREDAKTION
Sebastian Marquardt
(verantwortlich)

REDAKTION
Chiara Schmitz

AUTORIN
Olga Rau

FOTOS
Olga Rau, Pixabay

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@wm-medien.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
BACKEN International ist
eine Sonderpublikation 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
DMV Der Medienvertrieb
GmbH & Co. KG.
Meßberg 1
20086 Hamburg

Für unverlangt eingesandte Bei-
träge kann keine Verantwortung
übernommen werden. Mit der
Übergabe von Manuskripten,
Abbildungen, Dateien an den
Verlag versichert der Verfasser,
dass es sich um Erstveröffentli-
chungen handelt und keine
weiteren Nutzungsrechte daran
geltend gemacht werden können.

Backen
INTERNATIONAL

Ein Sonderheft der
Zeitschrift BROT

**DEUTSCHES
BROTINSTITUT e.V.**

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

wellhausen
marquardt
Mediengesellschaft

Jetzt bestellen

Urgetreide erleben derzeit auf den Feldern und in den Küchen eine regelrechte Renaissance. Kein Wunder, schließlich gelten Emmer, Einkorn und Urdinkel verglichen mit modernen Roggen-, Weizen- und Dinkel-Sorten als gesünder und nahrhafter. Mehr als 40 kreative Ideen für Brote, Brötchen, Süßes und Herzhaftes aus Urgetreide finden sich im neuen **BROT**-Sonderheft „Backen mit Urgetreide“. Im Interview erzählt Züchter Friedrich Longin, warum die wiederentdeckten Sorten so gesund sind und Autorin Valesa Schell erklärt, was man beim Backen mit Urgetreide beachten sollte.



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

Jetzt bestellen

€ 8,50



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

Italien zu Hause erleben



€ 8,50

Jetzt bestellen:

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