

Ohne Küchenmaschine

Vorlaufzeit ca. 12 – 15 Stunden

Zeit ab Teigherstellung ca. 2 Stunden

Vorbereitung Sauerteig:

Die Sauerteigmischung für 1 Brot mit **70 ml lauwarmem Wasser** (für 2 Brote **140 ml**) in einer Schüssel oder einem Glas gut verrühren und abgedeckt (nicht luftdicht!) für ca. 12 – 15 Stunden bei Raumtemperatur ruhen lassen

Benötigte Wassermenge:

Für 1 Brot ca. **160 ml Wasser**, für 2 Brote ca. **320 ml**

Kneten:

Mit der Hand die Mehlmischung mit **Sauerteig, Wasser & 13 g Hefe** (bzw. **26 g** bei 2 Broten) zu einem einheitlichen & homogenen Teig verkneten. Kurz vor Ende des Knetens, falls vorhanden, die gewünschten Toppings einkneten

Optimale Teigtemperatur:

Die Teigtemperatur nach dem Kneten soll ca. 26°C betragen

Teigruhe:

Die Teigruhe erfolgt bei Raumtemperatur abgedeckt in einer Schüssel für 30 – 40 Minuten. Danach den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche in die gewünschte Form bringen und nochmals abgedeckt (siehe Formruhe) bei Raumtemperatur stehen lassen. Vorsicht! Bei der Mehlmischung für 2 Brote muss vor der Formruhe der Teig in 2 Brote aufgeteilt werden

Formruhe:

ca. 30 – 40 Minuten



Vollkornbrot

Mit Sauerteig & Hefe



Frank Wirtz Bäckermeister & Brotsommelier

Genussempfehlung:

Zu diesem kräftigen Vollkornbrot empfehle ich einen Gartenkräuter Aufstrich dazu noch zusätzlich ein paar angemachte Kürbiskerne mit Olivenöl und am Schluss bestreut mit einer Prise Salz

Mixvorschlag:

Sonnenblumenkerne, Haferflocken, Leinsamen

Tipp Teigruhe:

Zeit = Geschmack; Gerne können Sie die Hefemenge etwas reduzieren und dafür die Teigruhe- sowie Formruhezeit erhöhen. So kann sich in den Ruhephasen noch mehr Geschmack entfalten

Mit Küchenmaschine

Vorlaufzeit: ca. 12 - 15 Stunden

Zeit ab Teigherstellung ca. 2 Stunden

Vorbereitung Sauerteig:

Die Sauerteigmischung für 1 Brot mit **70 ml lauwarmem Wasser** (für 2 Brote **140 ml**) in einer Schüssel oder einem Glas gut verrühren und abgedeckt (nicht luftdicht!) für ca. 12 – 15 Stunden bei Raumtemperatur ruhen lassen

Benötigte Wassermenge:

Für 1 Brot ca. **160 ml Wasser**, für 2 Brote ca. **320 ml**

Kneten (Knethaken):

Stufe 1 3 Minuten, anschließend
Stufe 2 4 Minuten

Mit der Küchenmaschine die Mehlmischung mit **Sauerteig, Wasser & 13 g Hefe** (bzw. **26 g** bei 2 Broten) zu einem einheitlichen & homogenen Teig verkneten. Ca. 30 Sek. vor Ende des Knetens, falls vorhanden, die gewünschten Toppings einkneten

Optimale Teigtemperatur:

Die Teigtemperatur nach dem Kneten soll ca. 26°C betragen

Teigruhe:

Die Teigruhe erfolgt bei Raumtemperatur abgedeckt in einer Schüssel für 30 – 40 Minuten. Danach den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche in die gewünschte Form bringen und nochmals abgedeckt (siehe Formruhe) bei Raumtemperatur stehen lassen. Vorsicht! Bei der Mehlmischung für 2 Brote muss vor der Formruhe der Teig in 2 Brote aufgeteilt werden

Formruhe:

ca. 30 – 40 Minuten



Backvariante 1

Backblech mit Backpapier



- Vorheizen:** Den Backofen auf 230°C Ober – Unterhitze ca. 20 Minuten vor dem Backen vorheizen
- Backtemperatur:** Bei 230°C anbacken und nach 10 Minuten auf 200°C zurückstellen
- Backzeit:** ca. 40 Minuten gesamt
- Tipp:** Mit etwas Wasserdampf durch eine Funktion am Backofen oder separat zugesetzt durch eine backfeste Schüssel, in welche ein bisschen Wasser geschüttet wird, erhält das Brot eine elastische Krume und das Brotvolumen wird gesteigert



MEHLKASTEN

Für Tipps und Anregungen folgt uns auf Instagram. Wir freuen uns, wenn ihr eure Backergebnisse dort mit uns teilt!

Backvariante 2

Pizzastein



- Vorheizen:** Den Backofen mit Pizzastein auf 235°C Ober – Unterhitze ca. 40 Minuten vor dem Backen vorheizen
- Backtemperatur:** Bei 230°C anbacken und nach 10 Minuten auf 200°C zurückstellen.
- Backzeit:** ca. 40 Minuten gesamt
- Vorteil:** Durch den Pizzastein erhält das Brot eine kräftigere Kruste und kann dadurch das Wasser besser halten (Längere Frischhaltung). Zudem entstehen leckere Röstnoten
- Tipp:** Mit etwas Wasserdampf durch eine Funktion am Backofen oder separat zugesetzt durch eine backfeste Schüssel, in welche ein bisschen Wasser geschüttet wird, erhält das Brot eine elastische Krume und das Brotvolumen wird gesteigert

Backvariante 3

Römertopf



- Vorheizen:** Den Backofen mit dem Römertopf auf 240°C Ober – Unterhitze ca. 40 Minuten vor dem Backen vorheizen
- Backtemperatur:** Das Brot in den vorgeheizten Römertopf stürzen, Deckel darauf und die Temperatur auf 230°C reduzieren
- Backzeit:** ca. 30 Minuten mit geschlossenem Deckel und weitere 10 Minuten ohne Deckel (Gesamt: 40 Minuten)
- Vorteil:** Es muss kein separater Wasserdampf erzeugt werden. Durch den geschlossenen Raum entsteht eigener Wasserdampf, wodurch das Brot mehr Volumen erhält. Eine starke Kruste entsteht durch das Backen in den letzten Minuten ohne Deckel

