

Brot

Gesund und bekömmlich backen

URGETREIDE

Tipps und Tricks
im Umgang mit
Emmer & Co.

HOLZOFEN MARKE EIGENBAU

Schritt für Schritt
zum eigenen Ofen

BACK-KURSE

So findest Du
den richtigen

GLUTENFREI REISEN

Gute Planung für
genussvolle Trips



Tradition aus der Glut



02 6,90 EUR

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

Jetzt bestellen



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

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

EDITORIAL



Liebe Leserin, lieber Leser.

02/2022

Gerade in Zeiten großer Unsicherheit und Veränderung sehnen sich Menschen nach Konstanten. Man will sich schließlich an irgendetwas festhalten. In den letzten zwei Jahren hat sich irrsinnig viel um mich herum verändert. In etlichen Bereichen sind Planungen über ein paar Tage oder Wochen hinaus schon lange nicht mehr möglich. Eine Konstante in dieser Zeit: Brotbacken. Egal, was um mich herum passiert – meine Hände spüren jeden Tag Teig. Ich liebe das.

Wie tief Brot in unserer Gesellschaft verwurzelt ist, zeigt die diesjährige Wahl zum Brot des Jahres. Erstmals standen nicht Zutaten im Mittelpunkt, sondern ein Herstellungsverfahren. Die Jury entschied sich für das traditionelle Holzofenbrot als Brot des Jahres. Also Brot, das so hergestellt wird, wie es vor hunderten Jahren schon üblich war. Einerseits ist die Wahl aus meiner Sicht bedauerlich, weil die Herstellung des geehrten Brotes jenen vorbehalten bleibt, die einen Holzofen besitzen. Andererseits mag ich den Gedanken, die Tradition zu ehren.

Das hat Klaus Folkers auf seine Art gemacht. Anderthalb Jahre baute er an seinem eigenen Holzofen und erfüllte sich damit einen Traum. In dieser Ausgabe berichtet er darüber, wie er das angestellt hat und was er nach dieser Erfahrung beim nächsten Mal anders machen würde.

Denn auch das ist eine Konstante im Leben – das Lernen. Es hört nie auf. Gerade die Herstellung von Brot ist ein so weites Feld, auf dem man sein Wissen ständig erweitern kann. Auch nach Jahren intensiver Beschäftigung mit der Materie lerne ich, lernt unser ganzes Team noch immer dazu.

Das Wissen teilen wir gern. In diesem Magazin, aber künftig zusätzlich auch in unserer BROTakademie. Die haben wir einst mit Präsenzkursen gestartet. Das waren tolle Veranstaltungen. Bis eben diese Pandemie begann.

Lange haben wir überlegt, konzeptioniert, geplant, verworfen, neu nachgedacht – darüber, wie sich das Wissen über die Herstellung von Gebäck vermitteln lässt. Und zwar unabhängig von Veranstaltungsorten und Pandemie-Beschränkungen. Inzwischen sind wir überzeugt, einen exzellenten Weg gefunden zu haben. Unsere Online-Akademie eröffnet im Februar mit den ersten Kursen. Ich freue mich sehr darauf. Erste Informationen dazu findest Du in diesem Heft.

Bei dessen Lektüre wünsche ich Dir wertvollen Erkenntnisgewinn, viel Inspiration und gute Unterhaltung.

Herzliche Grüße

Sebastian Marquardt, Chefredakteur

@brotmagazin

/BrotMagazin

brot-magazin.de

Unsere Facebook-Gruppe:

facebook.com/groups/brotforum

Euer BROT an:

redaktion@brot-magazin.de

Inhalt

02/2022

Menschen & Brot

- **Tradition aus der Glut**
Holzofenbrot zum Brot des Jahres gewählt
- **Do it Yourself**
Klaus Folkers und sein Holzofen-Bau
- Einfach mal die Utopie leben**
Die Boulangerie Utopie in Paris



17 Hilda-Brot



18 Hamburger Rundstücke



19 Gurken-Kräuter-Frischkäse-Mousse



20 Aromatischer Weizen-Toast



21 Apfelpunsch-Marmelade



22 Dreikornbrot mit gekeimtem Buchweizen



24 Genetztes Hausbrot



34 Urkorn-Laib



35 Auberginen-Paprika-Aufstrich



36 Donna



38 Ron



40 Johann



42 Pebbles



44 Rotfrisch



49 Alpenkruste



52 Boullette



53 Mehrkorn Kürbiskern



54 Dinkel-Hirse-Laib



64 Meckelbörger Brood



65 Knäckebrot-Chips



66 Cranberry-Frühstücksbrötchen



67 Alb-Laibl



76 Haferliebe



85 Joghurt-Schrot-Brot



92 Panierbrot in Bouillon mit Käse

Rohstoffe

- **Besser backen mit Urgetreide**
Tricks für Emmer und Einkorn

Seite 26

Selbst ist das Brot

- Anzeige: Testerinnen und Tester gesucht**
Neue Bio-Körnermischungen von Wolfgang Mock

Seite 50

- Grundkurs Brotbacken – Teil 9**
Wie die Kruste gelingt und lange frisch bleibt

Seite 72

- **Kurse übers Brotbacken**
Wie man den Richtigen findet

Seite 78

Glutenfrei leben

- **Glutenfrei reisen**
Ohne Frust – mit guter Planung

Seite 98

Wie dieses Heft funktioniert

Vorab

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

Philosophie

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

Temperaturen

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

Wasser

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

Zeitangaben

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

Sauerteig

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

Die Bewertung

Wir haben jedem Brot einen Schwierigkeitsgrad zugeordnet.

★★★ – einfaches Rezept

★★☆ – Rezept mit Anspruch

★★★ – sehr anspruchsvolles Rezept

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

Fachbegriffe

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

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

 @brotmagazin

 www.brot-magazin.de

 /BrotMagazin

 facebook.com/groups/brotforum

 BROTRezept-Suche: www.brot-magazin.de/rezepte

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

Verschiedenes

Neuheiten	Seite 6
Meldungen rund ums Backen und Genießen	
Euer BROT	Seite 46
Was Leserinnen und Leser backen	
Mühlenfinder	Seite 55
Ausgewählte Adressen für gutes Mehl	
Inspiration	Seite 68
Alles rund ums Brot: Bücher, Blogs, Instagram & Co.	
Die BROT Karte des guten Geschmacks	Seite 77
Empfehlungen für Mühlen und Bäckereien	
BROT Laden	Seite 86
Nützliche Produkte fürs heimische Backen	
Glossar	Seite 111
Vorschau/Impressum	Seite 114



Kotelette mit Knusperbrothaube



Bauernkrapfen



Kraftbrot



Buchweizen-Hirse-Kruste



Zucchini-Tomaten-Feta-Brot



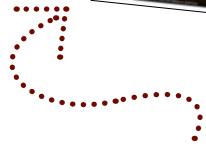
Aroma-Mehrkombrot



Pebbles on Speed



Titelbild: stock.adobe.com – EllerGraphics, Polthanawat



Eine neue **Backmischung** für glutenfreies Brot stellt die Bauckhof-Mühle vor: Das Krustenbrot Hafer enthält neben Hafer-, und Buchweizen- auch Braunhirsevollkornmehl. Es ist vegan, frei von Nüssen und kann ohne Backform im Ofen gebacken werden. Das Produkt ist Bio-zertifiziert und kostet in der 500-Gramm-Packung 3,49 Euro.

 bauckhof.de



Neuheiten



 mitienda.de

Die **Holzschale „Baguette“** aus dem Mitienda-Shop besteht aus naturbelassenem Olivenholz ohne Leimfugen. Mit den Maßen 29 x 8,5 x 3,5 Zentimeter eignet sie sich gut zur Präsentation von Baguette oder kleinen Snacks. Mit warmem Wasser und etwas Spülmittel lässt sich die Schale reinigen. Pflegen und imprägnieren kann man sie mit ein wenig Speiseöl. Da es sich um handgefertigte Einzelstücke handelt, sind kleine Abweichungen in Form und Maserung möglich. Der Preis: 27,90 Euro.



Der **Kräuterabstreifer** von Hagen Grote soll die Trennung von Blättern und Stängeln vereinfachen. Durch fünf unterschiedlich große Öffnungen lassen sich die Blätter von Kräutern wie Rosmarin, Oregano, Thymian oder Petersilie sauber abstreifen. Der kleine Küchenhelfer besteht aus Edelstahl und kann zur Reinigung in die Spülmaschine gegeben werden. Der Preis: 9,95 Euro.

 hagengrote.de



Als Backzutat, in einem frischen Salat oder im Dessert eignen sich die tiefgekühlten **Granatapfel-Kerne** von Alnatura. Die Kerne stammen laut Hersteller aus Bio-Landbau. Geerntet werden sie vollreif, dann direkt verarbeitet und ohne weitere Süßungsmittel verpackt. Die 300-Gramm-Packung gibt es für 2,79 Euro.

alnatura.de

Der **Dattelzucker** von Zauber der Gewürze ist eine natürliche Zuckeralternative. Er besteht laut Hersteller zu 100 Prozent aus Datteln. Bei der Herstellung des Zuckers werden die reifen Früchte mit Wasserdampf erhitzt, getrocknet und fein vermahlen. Das Gewürz kann wie normaler Zucker für Süßspeisen und zum Backen eingesetzt werden. Verpackt ist es in einer aromaschützenden Dose, die sich verschließen lässt.

70 Gramm Dattelzucker kosten 5,90 Euro.



zauberdergewuerze.de



Mit den **Ausrollhilfen** von Häussler lassen sich Teige und Kuchenböden gleichmäßig ausrollen. Sie eignen sich für Mürbe-, Hefe- und Keksteige. Das 27,77 Euro kostende Set besteht aus drei Stabpaaren aus Aluminium in den Höhen 3, 5 und 10 Millimeter. Die Stäbe sind je 50 Zentimeter lang, 1,5 Zentimeter breit und leicht zu reinigen.

www.backdorf.de

Die **Auflaufformen** aus der Appolia-Kollektion von Peugeot Saveurs sind in verschiedenen Größen und Formen wie oval, rund oder rechteckig erhältlich. Sie bestehen aus einer Mischung aus Ton und der weißen Porzellanerde Kaolin. Laut Hersteller sind sie spülmaschinenfest und temperaturbeständig von minus 25 bis 250 Grad. Die Formen gibt es in den Farben Terracotta, Aubergine, Schiefer, Rot, Tiefblau und Ecru. Die Produkte der Appolia-Kollektion kosten zwischen 19,90 und 69,90 Euro.

peugeot-saveurs.com



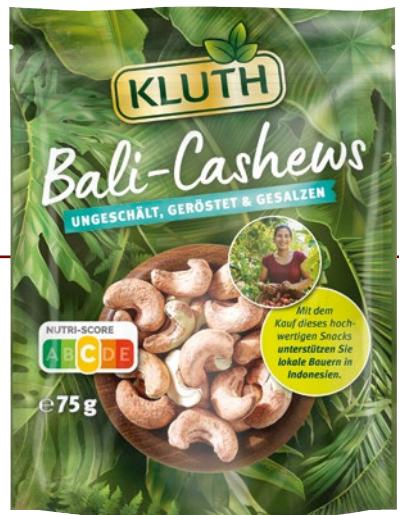


roesle.com

Die Konfitüre, das Chutney oder die Suppe ist fertig gekocht und wartet nun darauf, in Gläser oder Behälter umgefüllt zu werden. Doch das gestaltet sich nicht immer so einfach, eine kleine Menge geht gern daneben. Abhilfe kann der **Marmeladentrichter** von Rösle schaffen. Mit diesem lassen sich Speisen ohne Kleckern umfüllen. Der Trichter besteht aus Edelstahl und hat einen Durchmesser von 12 Zentimetern. Der schmale Einfüllstutzen mit einem Durchmesser von 4 Zentimetern passt auch in enge Gefäße. Nach Benutzung kann der Trichter einfach in der Spülmaschine gereinigt werden. Der Preis: 29,95 Euro.

Snacken, backen und dabei Gutes tun – das ist laut Hersteller der Gedanke hinter den **Bali-Cashews** von Kluth. Mit dem Kauf der ungeschälten, gerösteten und gesalzenen Cashewkerne werden laut Unternehmen lokale Bauern in Indonesien unterstützt und soziale Projekte vor Ort gefördert. Gestartet als limitierte Sonder-Edition im Jahr 2020, sind die Kerne, bei denen das Häutchen erhalten bleibt, nun dauerhaft im Sortiment. Der 75-Gramm-Beutel kostet 2,99 Euro.

kluth.com



bongu.de

Der **Feenbrötchenmix** von Bongu wurde von Dietmar Kappel, einem der besten Bäcker Österreichs, und Bloggerin Heidi Schlautmann entwickelt. Die Zutat für Brötchen enthält Röstsauerteigbrot, Roggenschrot, Sonnenblumenkerne, Dinkelmalzflocken, Weizenkeimlinge, Leinsamen, Erbsen und Roggenmalz. Die 1.000-Gramm-Packung kostet 9,49 Euro.

Die **digitale Waage** aus der Zwilling Enfinigy-Pro-Linie ist in den Farben Gold, Silber sowie Rosé erhältlich. Sie kostet 39,95 Euro und ermöglicht ein Abwiegen bis 10 Kilogramm. Über die Tara-Funktion können weitere Zutaten einfach hinzugewogen werden. Praktisch: Dank USB-Anschluss wird die Waage per Kabel aufgeladen.

de.zwilling-shop.com



Die **Brotbeutel** von Bunbag sind multifunktional einsetzbar. Sie fungieren sowohl als nachhaltige Alternative zur Bäckerei-Tüte, als auch als Brotkorb und zur Aufbewahrung von Brot und Brötchen. Die Beutel bestehen aus Baumwollstoff. Der Innenstoff ist mit zertifiziert lebensmittelechtem Acrylharz beschichtet. Für die Verschlusslaschen werden Lederreste recycelt. Vegane Alternativen sind auf Wunsch bestellbar. Die 30 x 37 Zentimeter großen Beutel können bei 30°C im Schonwaschgang oder per Hand gewaschen oder feucht abgewaschen werden. Die Bunbags sind in verschiedenen Designs erhältlich und kosten jeweils 29,95 Euro.

💻 wirsinddein.de



Das **vegane Bauernschmalz** von Vitaquell eignet sich als Begleiter zu einer deftigen Brotzeit. Es duftet und schmeckt wie klassisches Schmalz, wird aber aus Sonnenblumenöl hergestellt und mit Äpfeln, Sojasoße, Röstzwiebeln sowie Meersalz verfeinert. Alle Zutaten stammen laut Hersteller aus kontrolliert biologischem Anbau. Das Schmalz verleiht herzhaften Speisen wie Eintöpfen oder Kohlgerichten eine aromatische Note und eignet sich auch zum Dünsten, Kochen oder Kurzbraten. 125 Gramm kosten 2,25 Euro.

💻 vitaquell-shop.de

Neu bei Häussler sind **Teigschaber** aus Silikon. Mit ihrem weichen Material können sie auch für antiahaftbeschichtete Kochutensilien verwendet werden. Sie hinterlassen keine Kratzspuren in der Schüssel und kommen durch ihre abgerundete Form gut in alle Ecken. Laut Hersteller sind sie lebensmittelecht, spülmaschinenfest und fleckenresistent. Die Teigschaber gibt es in drei Größen: 22 Zentimeter lang für 7,20 Euro. Die mittlere Variante kostet 6,90 Euro. Der größte Schaber ist 27,5 Zentimeter lang. Er kostet 8,20 Euro.

💻 backdorf.de

Anzeigen

Jetzt bestellen



Bekömmlich,
lecker,
einfach

www.brot-magazin.de/einkaufen

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

HÄUSSLER

Original Holzbackofen



Mit dem Häussler HABO genießen Sie die wunderbare Backqualität aus dem original Holzbackofen. Ein großes Stück Lebensqualität für Ihr Zuhause.

Kostenlos Katalog anfordern:
www.backdorf.de

88499 Heiligkreuztal · Tel. 07371/9377-0

Brot des Jahres gekürt

Aus den Glut

Nach Dinkel-, Bauern- oder Dreikornbrot stellt der Wissenschaftliche Beirat des Deutschen Brotinstituts erstmals eine Herstellungsmethode in den Mittelpunkt. Eine, die seit einigen Jahren ihre Renaissance erlebt. Das Holzofenbrot ist Brot des Jahres. Damit richten die Jury-Mitglieder das Augenmerk auf eine der traditionellsten Formen des Backens.

Die Geschichte des Holzofenbrotes reicht weit zurück. Bis Mitte des 19. Jahrhunderts wurden in Europa alle Brote in direkt mit Holz befeuerten Öfen gebacken. Erst die Entwicklung des Dampfbackofens, bei dem Brennkammer und Backraum erstmals voneinander getrennt waren, änderte die hiesige Backwelt.

Mit der neuen Technik ließen sich fortan größere Mengen backen – hilfreich für die wachsende Bevölkerung in den Ballungsräumen. Damit änderte sich auch der Geschmack des Brotes. Das typische Aroma des Holzofens ging verloren. Aber seit einigen Jahren wird es wiederentdeckt.

Lange Tradition

Das originale Holzofenbrot überzeugte die Jury nicht nur, weil es mit seiner langen Vergangenheit die Wurzeln des europäischen Backhandwerks betont. Auch das Verfahren an sich war ein ausschlaggebender Punkt: Laut der neuen Leitsätze für Brot und Kleingebäck, dem Grundgesetz der backenden Zunft, wird das Brot in mit Holz befeuerten Öfen in einem abgeschlossenen Backvorgang bei abfallendem Temperaturverlauf hergestellt.

„Dank der Backkammer aus Stein und der großen Hitze beim Anbacken ist die Kruste eines Holzofenbrotes sehr kräftig. Hierdurch wird wiederum das Röstaroma begünstigt, das bei Holzofenbroten besonders intensiv ist“, erklärt Bernd Kütscher vom Deutschen Brotinstitut: „Daraus ergibt sich noch ein positiver Effekt: Holzofenbrote zeichnen sich durch ihre lange Frischhaltung aus.“

Getreide-Vielfalt

Michael Wippler, Präsident des Zentralverbandes Deutsches Bäckerhandwerk, ergänzt: „Holzofenbrote sind überwiegend Mischbrote aus den Getreidesorten Roggen und Weizen. Damit spiegeln sie bestens die Getreidevielfalt unseres Landes wider. Und diese müssen wir bewahren, schließlich ist sie für unseren einzigartigen Reichtum an verschiedenen Brotspezialitäten mitverantwortlich. Das Verhältnis der Getreidearten in jedem Holzofenbrot variiert je nach Region. Vielerorts sind Holzofenbrote ballaststoffreiche Roggenmischbrote mit einem hohen Roggenanteil. Im deutschen Westen und Südwesten überwiegt dagegen meist der Weizenanteil im Brot.“

Doch ganz gleich welche Mehlsorte stärker ausgeprägt ist: Holzofenbrote eignen sich für die verschiedensten Brotbeläge von herhaft bis süß und sorgen sowohl morgens als auch abends und natürlich zwischendurch für viele abwechslungsreiche und genussvolle Brotmomente. ■



In der Regel werden Mischbrote im Holzofen gebacken, die Mischungsverhältnisse variieren regional



Michael Wippler, Präsident des Zentralverbandes Deutsches Bäckerhandwerk, freut sich über die Förderung der Getreidevielfalt

Traditionell mit Holz befeuert, lassen sich moderne Holzbacköfen mit Pellets heizen



Holzofen im **Eigenbau**

Text & Bilder: Klaus Folkers

Do it Yourself

Es knistert und zischt, duftet nach frischem Holz und süßem Rauch. Wenn der Holzbackofen angeheizt wird, liegt Tradition in der Luft. Auch geschmacklich hat das Glut-geküste Gebäck viel zu bieten. Doch vor dem Genuss steht erst einmal der Bau eines Ofens. Jedenfalls, wenn man ein gemauertes Prachtstück nutzen möchte.

Den Wunsch nach einem eigenen Holzbackofen hegen viele Back-Fans. Für einige bleibt es ein Traum, andere erfüllen ihn sich. Verführerisch ist der Gedanke, eine ganz persönliche

Pizza Napoletana oder ein knuspriges Brot auf Stein zu backen. Neben fertigen Öfen oder Bausätzen besteht auch die Möglichkeit, ein ganz individuelles Exemplar zu mauern. Ein Beispiel, wie man ein solches Projekt umsetzen kann, zeigt Klaus Folkers in diesem Erfahrungsbericht.



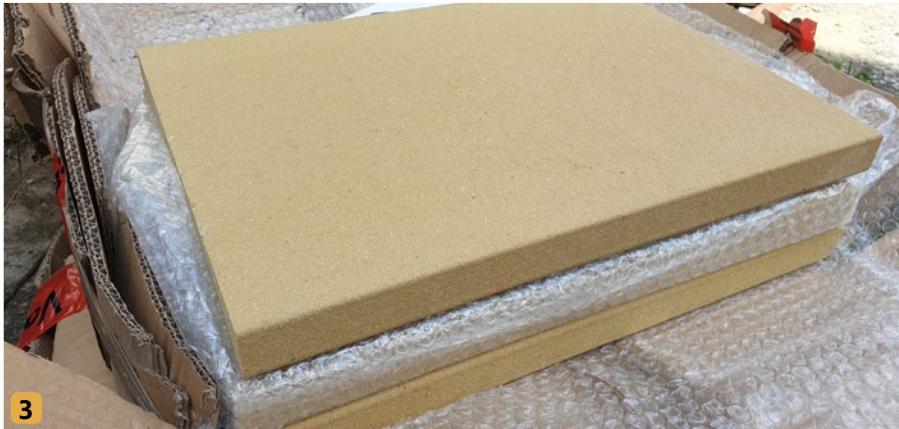
Damit der Backofen sicher steht, benötigt er ein stabiles Fundament. Dazu habe ich den Boden auf einer entsprechenden Fläche aufgegraben, geglättet, verdichtet, mit Beton verfüllt und glattgezogen. Auf diese erste Schicht habe ich anschließend mit ausreichender Stahleinlage eine weitere, tragende Betonplatte gegossen



Nachdem das Fundament ausgehärtet war, kamen mehrere Gasbeton-Steine mit Mörtel darauf, um den Ofen auf eine ergonomische Arbeitshöhe zu bringen



Mit einem Winkelschleifer lassen sich die Steine gut schneiden



3

Auf dieser Basis konnte der Bau des eigentlichen Ofens losgehen. Es begann mit dem wärmespeichernden Boden, der aus Schamotteplatten zu mauern war. Ich Verführerisch die Grundfläche so gewählt, dass der kugelförmige Backraum eine Innenhöhe und einen Innendurchmesser von jeweils rund 80 cm hat



4

Im nächsten Schritt musste ich mich für eine Ofenform entscheiden. Ich habe mir dazu in Büchern und im Internet Bauanleitungen, Entwürfe und Ausführungen von Holzbacköfen als Inspiration angesehen. Schlussendlich entschied ich mich für eine tragende Unterkonstruktion des Kuppelbaus aus Holz. Damit werden die Steine während des Baus abgestützt. Dazu habe ich aus einer Spanplatte zwei Halbkreise gesägt und anschließend im rechten Winkel über Kreuz fest miteinander verbunden. Danach ging es mit Feuerzement an die erste Schicht des Ofenrunds. Dieser erste gemauerte Steinkreis diente der Holzkonstruktion zur Abstützung. Im Anschluss befestigte ich daran aus dünnem Sperrholz gesägte Lamellen mit Nagelstiften in kleinen Abständen an der Holzunterkonstruktion



6

Um den Verlauf der Kuppel sauber mauern zu können, waren auch mehrere Halbsteine erforderlich. Nach einiger Überlegung habe ich mir selbst eine Schneidekonstruktion gebaut. Mit einem großen Winkelschleifer konnte ich so problemlos, sicher und passgenau die entsprechenden Größen zuschneiden. Ein Tipp: Wenn man die Steine in einer Wanne mit Wasser stets feucht hält, lassen sie sich leichter sägen und verbauen



5



7

Zu Beginn des Projekts hatte ich mir eine gusseiserne Ofentür mit Fenster bestellt und zu deren Befestigung im Gewölbe einen passenden, sogenannten Türstein. Die Tür habe ich letztlich nicht verbaut, der Zugang zum Inneren war doch zu schmal. Der Türstein fand jedoch zur Abstützung des halbrunden Eingangs zum Innenraum Verwendung. Leider habe ich erst hinterher festgestellt, dass durch die Öffnung kein handelsübliches Ofenblech passt. Daher werde ich sie demnächst noch etwas verbreitern

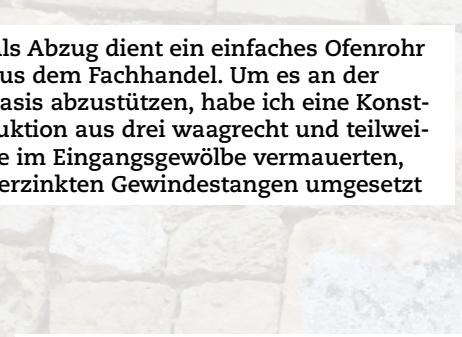


Ein integriertes Thermometer gibt stets Auskunft über die Temperatur im Ofeninneren



8

Als Abzug dient ein einfaches Ofenrohr aus dem Fachhandel. Um es an der Basis abzustützen, habe ich eine Konstruktion aus drei waagrecht und teilweise im Eingangsgewölbe vermauerten, verzinkten Gewindestangen umgesetzt



Zur nötigen Isolierung habe ich 3 cm dicke keramische Dämmwolle verwendet und diese mit Schamottemörtel rund um den Ofen befestigt. Die letzte Schicht besteht aus herkömmlichem Beton. Damit der guten Halt findet, habe ich vor dem Auftragen auf der Dämmwolle sogenannten Kaninchendraht angebracht



10

Nachdem ich den Schlussstein oben einsetzen konnte, war die Kuppel fertiggestellt





11

Bei relativ trockener Witterung konnte der Ofen nun für zwei Wochen aushärten. Die hölzerne Innenkonstruktion habe ich danach einfach wieder entfernt. Das war ein durchaus spannender Moment: wird die Kuppelkonstruktion halten? Doch alles blieb letztlich stabil und ich war zufrieden



Die Schamottesteine wurden mit speziellem Mörtel verbunden



12

Um die verschiedenen Materialien langsam an die Hitze zu gewöhnen, folgte ein Einbrennprozess. Dabei steigerte ich stetig die Temperaturen in gewissen Abständen und auch hier lief alles problemlos. Lediglich beim ersten Erreichen einer Temperatur von über 350°C bildeten sich in der äußeren Schicht kleine Dehnungsrisse. Mittlerweile weiß ich, dass diese in so ziemlich jedem gemauerten Holzbackofen vorkommen, also kein Grund zur Sorge sind



Leichte Risse nach den ersten Backversuchen sind ganz normal



MATERIALKOSTEN

Schamottesteine inklusive Feuerzeugment:	410 Euro
Schamotteplatte (Ofenbasis):	165 Euro
Schamottemörtel:	50 Euro
Gasbetonsteine inklusive Dünnbettmörtel:	340 Euro
Zement und Kiessand:	50 Euro
Maschinenteile:	40 Euro
Kleinteile und Holz:	50 Euro
Insgesamt:	1.105 Euro



13 Da ich vorgesehene Tür nicht verwendet habe, stelle ich eine Eisenplatte vor die Öffnung, was optimal funktioniert. Demnächst möchte ich die Grundplatte noch mit alten Klinkern ummauern und die Kuppel soll einen weißen Anstrich bekommen, so wie ich es oft im Urlaub in Südeuropa gesehen habe. Außerdem braucht der Schornstein auch noch einen Regenschutz



14 Beim Befeuerung meines Holzbackofens kann ich mittlerweile Temperaturen von über 500°C erreichen, die Außenhülle hat dann etwa 80°C. Somit ist die Isolierung ausreichend, was zu Beginn der Planung für mich noch ein unsicherer Faktor war.



15

Damit ist das Projekt Holzbackofen im Wesentlichen abgeschlossen. Ich habe mit meiner Familie darin schon mehrfach gebacken – das einstimmige Fazit dazu lautet jedes Mal: „Oberköstlich!“ Gerne backe ich das Pain de Campagne aus BROT 3/2018 oder das Copie français aus BROT 5/2018 bei einer Temperatur von etwa 250 bis 260°C (gemessen mit dem Infrarot-Thermometer auf dem Ofenboden und den Wänden der Kuppel) mit fallender Hitze für 30 bis 40 Minuten. Die Glut wurde vorher komplett ausgeräumt. Nach etwa der halben Backzeit backe ich bei geöffneter Ofenklappe auf Sicht zuende. Im Backraum steht eine kleine Metallschale mit Wasser zur Beschwadung, die Kruste wird allerdings etwas matter als im Elektroofen. Vor den Brotbacken backe ich meistens Pizza bei etwa 300°C, mit zirka 30 Zentimeter Abstand zur an die Seite geschobenen Glut. Ich nehme gerne das Rezept aus dem BROT-Sonderheft „Italienisch Backen“. Nach dem Pizzabacken wird die Glut komplett ausgeräumt und der Boden mit einem Feudel gewischt. Dann folgt eine Abstehzeit von etwa anderthalb Stunden zur gleichmäßigen Verteilung der Ofenwärme, bevor es ans Brotbacken geht. Ich muss den Backvorgang jedesmal anpassen. Jeder Holzbackofen ist anders und kein Backtag ist wie der andere. Aber das ist ja auch das Schöne und Spannende daran

Die ersten Brotbackversuche waren noch nicht ganz so erfolgreich, es gab bezüglich Temperatursteuerung und Ofenführung eine Menge zu lernen. Aber das ist ja auch eine tolle Herausforderung. Ich freue mich darauf, meinen Ofen mit der Zeit noch intensiver kennenzulernen.

Ich habe ihn übrigens gänzlich ohne Bauplan erstellt. Als Anleitung dienten mir lediglich die Anregungen aus Büchern und dem Internet, woraus mein eigener Plan im Kopf entstand. Viele Schritte zur Umsetzung habe ich erst während des Arbeitsprozesses entwickelt. Manches würde ich jetzt anders machen. Bei einem Ofen-Neubau würde ich vor allem den Innenraum im Vorfeld aus gut verdichtetem gelben Sand vormodellieren

und die Kuppel dann darüber mauern. Meine Holzkonstruktion war zwar zweckmäßig, dennoch musste ich ständig nachjustieren. Die Ofentür wäre dann auch breiter (mindestens Backblechbreite). Das muss ich jetzt noch mit der Flex nacharbeiten. Und dann habe ich mein Bimetall-Thermometer zu dicht an der Ofenklappe in die Kuppelwand vermauert, es zeigt daher eine viel zu geringe Temperatur im Vergleich zum Infrarot-Thermometer an. Die Abweichung beträgt bis zu 150°C.

Momentan überlege ich, welche Dachkonstruktion ich noch bauen werde, ich favorisiere gerade ein Pultdach mit ausreichend Überstand. Dann kann ich auch bei Regen backen ohne nass zu werden.

Eine gewisse Frustrationstoleranz ist in jedem Fall Voraussetzung für ein solches Projekt. Doch das ist es absolut wert. Die Erfahrungen, die ich während der etwa anderthalbjährigen Bauzeit machen konnte, möchte ich nicht mehr missen – und das fertige Ergebnis erst recht nicht. ☺



Hilda-Brot

Ein Karotten-Avocado-Mus lässt das reine Dinkelbrot erstrahlen: Die Karotten sorgen für eine leuchtende orangene Farbe, der hohe Fettanteil der Avocado verleiht dem Brot eine saftige Krume. In Kombination zaubert das Duo eine süße Geschmacksnote und ein leichtes Gebäck, das wunderbar zu pikanten Aufstrichen, frischen Dips, Antipasti und deftigen Eintöpfen passt.

- Alle Zutaten – außer Salz und Estragon – 12 Minuten auf langsamer Stufe kneten, nach 8 Minuten Salz und Estragon hinzufügen.
- Den Teig abgedeckt zunächst bei Raumtemperatur 8 Stunden zur Gare, dann für weitere 8 Stunden in den Kühlschrank stellen.
- Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und abgedeckt bei Raumtemperatur etwa 60 Minuten akklimatisieren lassen.
- Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, rundwirken und 45 Minuten bei Raumtemperatur im gut bemehlten Gärkörbchen mit Schluss nach oben zur Gare stellen.

Schwierigkeitsgrad:	★★★
Getreide:	Dinkel
Triebmittel:	Lievito Madre
Teigkonsistenz:	weich
Zeit gesamt:	25-31 Stunden
Zeit am Backtag:	3 Stunden
Backzeit:	60 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	200°C nach 15 Minuten
Schwaden:	beim Einschießen

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

Den Teigling sanft aus dem Gärkorb stürzen, einschneiden, in den Backofen geben und sofort schwaden. Nach 15 Minuten die Temperatur auf 200°C senken und weitere 45 Minuten fertig backen. ■

Rezept & Bilder: Dieter Stegmaier
[@brottschmiede_dieterstegmaier](https://www.instagram.com/brottschmiede_dieterstegmaier/)
[/brottschmiededieterstegmaier](https://www.facebook.com/brottschmiededieterstegmaier/)

Vorteig

- 120 g Wasser (warm)
- 60 g Dinkelschrot (mittelfein, alternativ Dinkelmehl Vollkorn)
- 40 g Dinkelmehl Vollkorn
- 20 g Lievito Madre

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

Quellstück

- 140 g Wasser (warm)
 - 5 g Flohsamenschalen
- Die Flohsamenschalen mit dem Wasser übergießen und 4-12 Stunden abgedeckt im Kühlschrank quellen lassen.

Karotten-Mus

- 100 g Wasser
 - 180 g Karotten (geschält)
 - 100 g Avocado (weich)
- Die Karotten dünsten, danach das Wasser abseihen und die Karotten zusammen mit der Avocado fein pürieren, 60 Minuten abkühlen lassen.

Hauptteig

- Vorteig
- Quellstück
- Karotten-Mus
- 280 g Dinkelmehl 1050
- 120 g Dinkelmehl Vollkorn
- Spätere Zugabe
- 12 g Salz
- 2 g Estragon



Zeitraster

8.00 Uhr	12.30 Uhr	14.00 Uhr	22.30 Uhr	Nächster Tag 6.30 Uhr	7.30 Uhr	7.50 Uhr	8.20 Uhr	9.20 Uhr
Vorteig ansetzen Quellstück ansetzen	Karotten-Mus vorbereiten	Hauptteig ansetzen	Teig in den Kühlschrank	Teig akklimatisieren lassen	Brot formen	Ofen vorheizen	Brot backen	Brot fertig

Hamburg Rundstücke

Teig-Zutaten

- 170 g Wasser (kalt)
- 170 g Vollmilch (kalt)
- 500 g Weizenmehl 550
- 75 g Sauerteig Marvin (alternativ Lievito Madre)
- 14 g Butter (kalt, in Stücken)
- 10 g Salz
- 8 g Backmalz (inaktiv)
- 3 g Frischhefe

Rezept & Bild:
Margarete Maria Preker
 @imaginea_von_rosenberg
 /brotpassion
 brotpassion.de

Echte Hamburger Rundstücke sind in der Hansestadt schon fast in Vergessenheit geraten. Die Brötchen wurden im 20. Jahrhundert in vielen Gaststätten mit Braten serviert und gelten als Vorläufer des Hamburgers. Das Rezept entstand in einem Gastronomiebetrieb an der Reeperbahn, heute findet man den klassischen Snack kaum noch. Doch nicht nur mit Braten und Soße, auch mit anderen süßen oder herzhaften Belägen schmecken die Brötchen einfach herrlich.

● Alle Zutaten von Hand gründlich vermischen und abgedeckt bei Raumtemperatur 60 Minuten in einer geölten Schüssel oder Teigwanne zur Gare stellen.

● Den Teig dabei jeweils nach 30 Minuten dehnen und falten, dann abgedeckt für 12-24 Stunden in den Kühlschrank geben.

● Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche in 10 gleich schwere Stücke à zirka 90 g teilen. Die Teiglinge randschleifen und mit dem Schluss nach unten auf einer Dauerbackfolie (alternativ Backpapier) absetzen und abgedeckt 30 Minuten zur Gare stellen.

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

● Die Teiglinge längst einschneiden und weitere 20 Minuten ruhen lassen.

● Die Teiglinge in den Backofen geben, schwaden, die Temperatur sofort auf 230°C reduzieren und 20 Minuten backen.

● Die Brötchen nach dem Backen für einen schönen Glanz sofort mit Wasser besprühen oder abstreichen. ■

Schwierigkeitsgrad:

★★★

Weizen

Getreide:

Triebmittel: Lievito Madre, Hefe

Teigkonsistenz: fest

Zeit gesamt: 15-27 Stunden

Zeit am Backtag: 2 Stunden

Backzeit: 20 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 230°C sofort

Schwaden: beim Einschießen

Gurken-Kräuter-Frischkäse-Mousse

Ein Gurken-Aufstrich mit leckeren Kräutern ist schnell und unkompliziert gemacht. Er schmeckt auf allen Brot- und Brötchensorten und ist eine frische Beilage zu Ofengemüse und Fleischgerichten oder beim Sonntagsbrunch. Bei Filmabenden oder an gemütlichen Wintertagen eignet er sich auch als leckerer Dip für salzige Snacks.

- Die Salatgurke waschen, jeweils senkrecht und waagerecht halbieren, die Kerne mit Hilfe eines Teelöffels entfernen. Die Gurke hobeln, 10 Minuten entwässern lassen und ausdrücken.
- Alle Zutaten – außer Frischkäse, Hüttenkäse und Dill – schälen und klein-hacken. Die gehackten Zutaten mit Olivenöl vermengen. Den Frischkäse und den Hüttenkäse in die Mischung geben und alles glatt rühren. Die Mousse würzen und bis kurz vor dem Verzehr in den Kühlschrank stellen.
- Den Dill waschen, zupfen und kurz vor dem Servieren mit der Mousse vermischen. ■

Tipp

Gurkenschalen enthalten Ballaststoffe, Vitamine sowie Mineralien und sollten bei Bio-Gurken immer mitverwendet werden.

Zutaten

- 300 g Salatgurke
- 150 g Kräuterfrischkäse
- 150 g Hüttenkäse (körnig)
- 20 g Schalotte
- 15 g Kapern (mild würzig, eingelegt)
- 1/2 Bund Petersilie
- 1/2 Bund Schnittlauch
- 1/2 Bund Dill
- 10 g Olivenöl
- 1 Chilischote klein
- 1 Knoblauchzehe
- 2 g Salz
- 2 g Pfeffer

Rezept & Bild: Gerda Göttling



Brühstück

- ▶ 200 g Wasser (heiß)
- ▶ 30 g Altbrot (gemahlen, geröstet)
- ▶ 20 g Weizenkleie
- ▶ 20 g Weizenkeime
- ▶ 10 g Salz

Weizenkeime ohne Fett leicht anrösten. Alle Zutaten in eine Schüssel geben, mit dem Wasser übergießen, gründlich mischen und abgedeckt 3 Stunden quellen lassen.

Hauptteig

- ▶ Brühstück
 - ▶ 240 g Vollmilch (lauwarm)
 - ▶ 400 g Weizenmehl 550
 - ▶ 100 g Weizen-Ruchmehl (alternativ Weizenmehl 1050)
 - ▶ 20 g Zucker
 - ▶ 1 g Frischhefe
 - Spätere Zugabe
 - ▶ 40 g Butter (kalt, in Stücken)
- Topping
- ▶ 50 g Weizenkleie

Tipp

Das Brühstück lässt sich auch schon einige Stunden vorher vorbereiten. Dann einfach bis zur weiteren Verwendung abgedeckt in den Kühlschrank stellen

Rezept & Bild: Nadja Alessi

 @little_kitchen_and_more

 little-kitchen-and-more.com

Für Einsteiger geeignet



Schwierigkeitsgrad:

Getreide:

Weizen

Triebmittel:

Hefe

Teigkonsistenz: mittelfest, klebrig

Zeit gesamt: 17-19 Stunden

Zeit am Backtag: 2 Stunden

Backzeit: 40 Minuten

Starttemperatur: 230°C

Backtemperatur: 220°C sofort

Schwaden: beim Einschießen



Tipp

1 g Frischhefe entspricht etwa der Größe einer Kichererbse.

Aromatischer Weizen-Toast

Das Brot macht seinem Namen alle Ehre: Brühstück und lange Gare geben ihm ein hervorragendes Aroma und der Krume eine große Saftigkeit. Das hält den Weizen-Toast lange frisch. Bei seinem unwiderstehlichen Geschmack und Geruch wird er aber ohnehin ganz schnell gegessen.

Alle Zutaten – außer Butter – 3 Minuten auf langsamer Stufe vermischen, dann auf schnellerer Stufe 4 Minuten lang kneten. Die Butter hinzugeben und weitere 2 Minuten schnell kneten.

Abgedeckt bei Raumtemperatur 12-14 Stunden gehen lassen. Nach 30 und 60 Minuten den Teig jeweils dehnen und falten.

Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche, langformen, in Weizenkleie wälzen, in eine gefettete Kastenform (30 cm) geben und abgedeckt bei Raumtemperatur 60 Minuten gehen lassen.

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

Die Kastenform in den Ofen geben, schwaden und die Temperatur sofort auf 220°C reduzieren. Das Brot 40 Minuten backen.

Apfelpunsch-Marmelade

Äpfel sind Alleskönner. Sie schmecken in Salaten, Gebäcken, Süßspeisen und Aufstrichen. Kombiniert mit Gewürzen wie Zimt und Kardamom, entfaltet sich ihr Aroma besonders gut. Die süße Marmelade passt hervorragend zu herzhaften Broten sowie leckerem Kuchen und wird ein Hingucker am Frühstückstisch.

- Die Äpfel schälen, entkernen und in kleine Würfel schneiden.
- Die Apfelwürfel mit den restlichen Zutaten – außer Gelierzucker – gründlich vermischen. Den Gelierzucker hinzugeben und die Mischung 5 Minuten kochen.
- Die Gelierprobe durchführen. Ist die gewünschte Konsistenz noch nicht erreicht, die Marmelade weiter köcheln lassen und Gelierprobe erneut durchführen.
- Die Zimtstange, Kardamomkapseln und die Nelken nach dem Kochen mit einem Sieb aus der Masse entfernen.
- Die Marmelade in abgekochte Einmachgläser abfüllen und verschließen. ■

Zutaten

- 100 g Weißwein
- 900 g Äpfel
- 500 g Gelierzucker
- 50 g Nelken
- 30 g Zitronensaft
- 1 Zimtstange
- 3 Kardamomkapseln (zerstoßen)

GELIERPROBE

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

Rezept & Bild: Michelle Deschner





Dreikornbrot mit gekeimtem Buchweizen



Sauerteig

- 180 g Wasser (warm)
- 180 g Roggenmehl Vollkorn
- 20 g Anstellgut

Alle Zutaten gründlich vermischen und abgedeckt bei Raumtemperatur 8-12 Stunden reifen lassen.

Hauptteig

- Sauerteig
- 170 g Wasser (warm)
- 170 g Roggenmehl 1150
- 100 g Dinkelmehl 630
- 45 g Buchweizenkörner (gekeimt)
- 11 g Salz

Tipp

Alternativ können auch ungekeimte Buchweizenkörner verwendet werden, allerdings müssen sie 30 Minuten im Wasser quellen.

Gerade wird das Dreikornbrot als Brot des Jahres vom Holzofenbrot abgelöst. Zeit, es noch einmal zu feiern. Noch aber ist es das Dreikornbrot. Diese Version ist ein Sauerteigbrot mit Dinkel, Roggen und gekeimten Buchweizenkörnern. Aromatisch, saftig und umhüllt von knusprig ausgebackener Kruste, verwöhnt es den Gaumen auch ohne Titel.

- Alle Zutaten 5 Minuten auf langsamer Stufe vermischen und 45 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur zur Gare stellen.
- Den Teig in eine gefettete sowie mit Roggenmehl ausgestreute Kastenform (16 cm) geben und weitere 2-4 Stunden zur Gare stellen.
- Den Backofen rechtzeitig auf 230°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Die Kastenform in den Ofen geben und die Temperatur sofort auf 210°C reduzieren. Das Brot 40 Minuten backen. ■

Schwierigkeitsgrad:



Getreide: Roggen, Dinkel

Triebmittel: Sauerteig

Teigkonsistenz: weich, klebrig

Zeit gesamt: 12-18 Stunden

Zeit am Backtag: 4-6 Stunden

Backzeit: 40 Minuten

Starttemperatur: 230°C

Backtemperatur: 210°C sofort

Schwaden: beim Einschießen

Zeiträster

20.00 Uhr
Sauerteig ansetzen

Nächster Tag

8.00 Uhr
Hauptteig ansetzen
Kastenform vorbereiten

9.00 Uhr
Teig in die Form geben

11.30 Uhr
Ofen vorheizen

12.00 Uhr
Backen

12.45 Uhr
Brot fertig.

Genetztes Hausbrot

Ein gutes Hausbrot hat außen eine knusprige Kruste, innen ist es saftig, würzig und weich. Hier kommen all diese Eigenschaften zusammen und bescheren ein Brot, das zu vielen Gelegenheiten passt: Egal, ob zum Frühstück, Mittag oder Abendbrot. Das Genetzte Hausbrot stillt den Hunger bei jeder Mahlzeit und passt neben Aufstrichen auch zu leckeren Dips.

Vorteig

- 380 g Wasser (warm)
- 100 g Roggenmehl 1150
- 75 g Anstellgut

Alle Zutaten gründlich vermischen und 6-12 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur zur Gare stellen.

Hauptteig

- Vorteig
- 50 g Wasser (kalt)
- 350 g Weizenmehl 1050
- 150 g Weizenmehl 550
- 1 Eigelb
- 13 g Salz
- 3 g Frischhefe

- Alle Zutaten auf langsamer Stufe 10 Minuten vermischen, dann weitere 5 Minuten auf schnellerer Stufe kneten.
- Den Teig 5-8 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen.
- Den Backofen rechtzeitig auf 240°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Den Teig mit nassen Händen aus der Schüssel schöpfen, zusammenlegen, gegebenenfalls grob in Form bringen, in den Backofen geben und sofort schwaden.
- Nach 10 Minuten die Temperatur auf 190°C reduzieren und das Brot weitere 30-40 Minuten backen. ■

Tipp

Nach dem Backen das Brot mit Wasser bestreichen, dadurch bekommt es einen schönen Glanz.

Rezept & Bild:
Bärbel Adelhelm

Schwierigkeitsgrad:	★★★
Getreide:	Weizen, Roggen
Triebmittel:	Sauerteig, Hefe
Teigkonsistenz:	bindig
Zeit gesamt:	12-21 Stunden
Zeit am Backtag:	1,5-10 Stunden
Backzeit:	40-50 Minuten
Starttemperatur:	240°C
Backtemperatur:	190°C nach 10 Minuten
Schwaden:	beim Einschießen





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 Herhaftes aus Urgetreide finden sich im 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.

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



Tricks für Emmer und Einkorn

Besser backen
mit Urgetreide

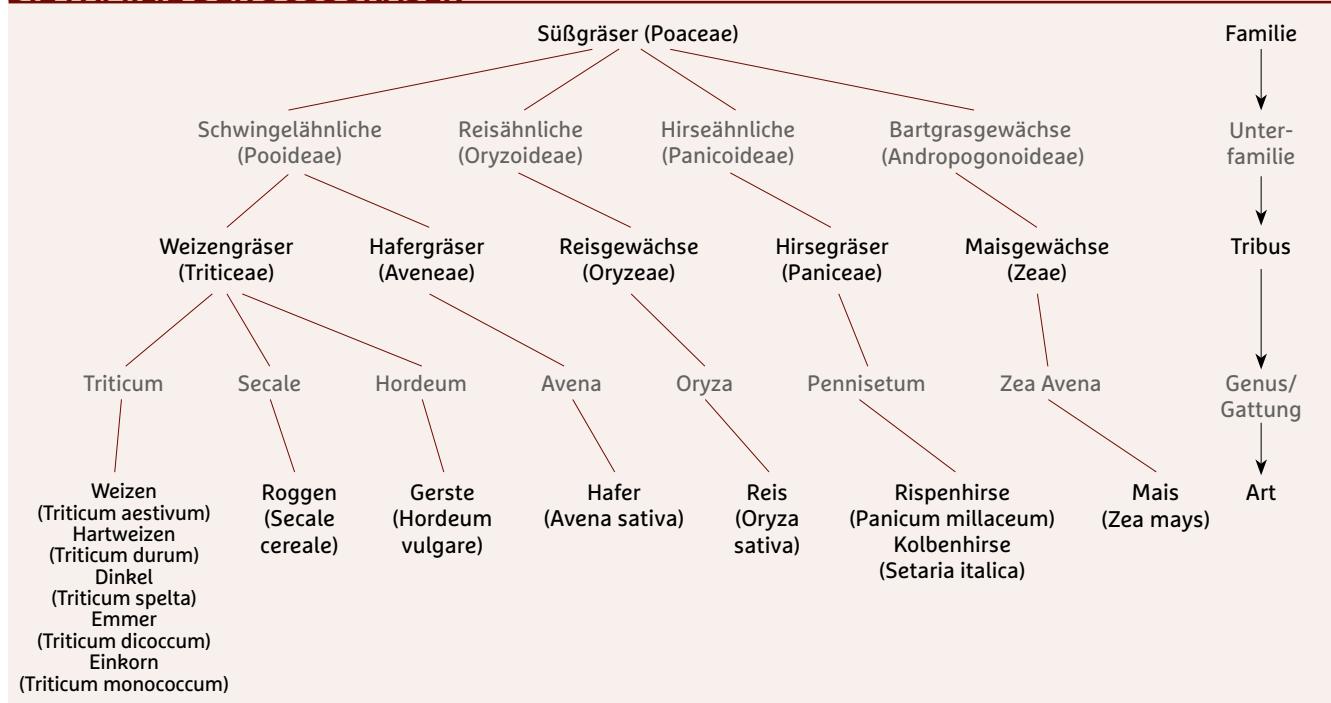
Seit der Entdeckung von Wildgräsern als Nahrungsquelle hat das sogenannte Urgetreide eine enorme Wandlung erfahren. Heutiges Emmer- oder Einkornmehl unterscheidet sich im Backverhalten trotzdem immer noch deutlich von anderen modernen Getreidesorten der Weizenfamilie. Mit den richtigen Kniffen gelingen Backwaren aus den charakterstarken Urgetreide-Arten dennoch meisterhaft.

Text: Edda Klepp

Wer an Urgetreide denkt, läuft schnell Gefahr, landwirtschafts-romantischen Mythen aufzusitzen. Der Gedanke dahinter: Urgetreide sei ursprünglicher als andere Getreide-Sorten. Eine Aussage, die etwas unscharf ist. Auf der einen Seite wurden die Getreide züchterisch nicht so stark bearbeitet wie beispielsweise Weizen, auf der anderen Seite entsprechen sie aber natürlich auch nicht mehr dem Getreide vor tausenden von Jahren.

Die Vorsilbe „Ur-“ ist insofern missverständlich, als dass sie Assoziationen an alte Zeiten weckt, in denen Menschen erste Gräserarten als Nahrung verwendeten. Seither hat sich die Familie der Süßgräser – zu denen auch die Urgetreidesorten gehören – allerdings stark ausdifferenziert. Man zählt Weizen-, Hafer-, Reis-, Hirse- und Maisgewächse dazu, aus denen weitere Unterarten hervorgingen. Als Weizengräser (Triticeae) zu nennen sind unter anderem Weizen (*Triticum aestivum*),

DIE FAMILIE DER SÜSSGRÄSER



Quelle: Masterarbeit „Analytische Erkennung von Weizen-Unterarten – ein Beitrag zur Konsumentensicherheit“ von Magdalena Breuer, nach Rimbach 2010

Hartweizen (*Triticum durum*), Dinkel (*Triticum spelta*), Emmer (*Triticum dicoccum*) und Einkorn (*Triticum monococcum*).

Marketing-Begriffe

Einige der inzwischen als Urgetreide bezeichneten Sorten sind in ihrer heutigen Form gerade mal um die hundert Jahre alt. Zwar geht beispielsweise die Geschichte von Einkorn sogar bis zu 10.000 Jahren zurück in die Vergangenheit. Wie anderes Getreide, wurde das Korn mit der Zeit allerdings durch Züchtung den veränderten klimatischen Bedingungen und auch verschiedenen Böden angepasst.

Gängige Brot-Getreide-Sorten wie Weizen, moderner Dinkel oder Roggen wurden im Laufe der Jahrhunderte sehr viel stärker weiterentwickelt. Die Unterscheidung zu sogenanntem Urgetreide bleibt trotz allem eher diffus. Letztlich sind Worte wie „Urkorn“ oder „Urgetreide“ geschickt gewählte Marketing-Begriffe, weil sie die Bedürfnisse der Menschen nach Ursprünglichkeit ansprechen.

Dabei gehen die Erwartungen gelegentlich über die Fakten hinaus. Gleichwohl ermöglicht Urkorn bekömmliche Gebäcke mit gutem Nährstoffgehalt. Handwerklich stellen die Getreide allerdings eine andere Herausforderung als Weizen und Roggen dar.

Getreide mit Charakter

Als älteste Urgetreide-Sorte gilt Einkorn. Seinen Namen verdankt es der Tatsache, dass es pro Ährenspindel jeweils nur ein einzelnes Korn trägt. Einkorn stammt vom wilden Weizen ab und hat einen hohen Gehalt an Aminosäuren sowie Mineralstoffen. Obgleich Emmer mit Einkorn häufig in einem Atemzug



Urgetreide wird häufig mit Ursprünglichkeit assoziiert. Heutige Sorten haben mit den Anfängen des Getreideanbaus allerdings nur noch wenig zu tun



Einkorn trägt pro Ährenspindel jeweils nur ein einzelnes Korn

genannt wird, entstand er erst später aus einer Kreuzung von Einkorn und Weizen-gras. Hin und wieder wird er unter der Bezeichnung Zweikorn geführt.

Sowohl Emmer als auch Einkorn verfügen über einen leicht nussigen Geschmack. Während Emmer als Vollkornmehl, in Form von Körnern und als Auszugsmehl zu bekommen ist, gibt es Einkorn in der Regel lediglich als volles Korn, sowohl ungemahlen als auch gemahlen.

Da die Einkorn-Körner recht klein sind und wenig Ertrag bieten, wird daraus kein Auszugsmehl hergestellt. Der Aufwand rechnet

Bei Urgetreide-Teigen ist eine lange und schonende Knetung zu empfehlen



Sebastian Brücklmaier hat sich intensiv mit der Nutzung von Emmer und Einkorn auseinandergesetzt

sich nicht. Aufgrund der Carotinoide, die in Einkorn enthalten sind, gilt das Getreide aber als besonders bekömmlich. Emmer ist reich an Eisen, Magnesium und Zink. Er bringt somit ebenfalls wichtige Nährstoffe mit.

Verschiedene Parameter

Aufgrund ihrer nahen Verwandtschaft werden Emmer, Einkorn und Brot-Weizen gerne miteinander verglichen. Eins zu eins austauschen lassen sie sich in Rezepturen nicht, wie Bäckermeister Sebastian Brücklmaier weiß. Er hat sich intensiv mit der Backfähigkeit verschiedener Urgetreide-Arten beschäftigt und die wesentlichen Unterschiede zwischen den drei genannten Getreidesorten herausgearbeitet.

Während in Backstuben immer wieder vor allem der Proteingehalt pauschal als Kriterium für die Backfähigkeit von Getreide herangezogen wird, nennt Brücklmaier weitere wichtige Parameter: den Feuchtklebergehalt, den Sedimentationswert, die Fallzahl und auch die Stärke-Eigenschaften von Emmer und Einkorn.

Wer das Zusammenspiel der verschiedenen Faktoren versteht, kann bereits bei der



Emmer entstand aus einer Kreuzung von Einkorn und Weizengras

Teigbereitung sowie bei der Weiterverarbeitung von Teigen die richtigen Maßnahmen ergreifen.

Glutenindex

Grundsätzlich braucht es Gluten, um im Teig ein stabiles Klebergerüst aufzubauen. Wie stabil das Gerüst ist, hängt allerdings nicht allein vom prozentualen Glutengehalt im Korn ab, sondern auch von dessen Zusammensetzung. Brücklmaier schaut hier insbesondere auf das Verhältnis von Glutenin zu Gliadin.

„Glutenin ist der starke Kleber. Er hält den Teig zusammen. Das Gliadin ist ein weicher Kleber, der für die Formbarkeit verantwortlich ist“, sagt er. „Dinkelteige haben etwa 70 Prozent Gliadin und nur 30 Prozent Glutenin“, so Brücklmaier. Teige mit einem hohen Gliadin- und einem niedrigen Glutenin-Gehalt laufen eher flach oder in die Breite.

Während beim Brot-Weizen in der Regel etwa ein Teil Gliadin auf zwei Teile Glutenin kommt, zeigt Emmer durchschnittlich ein Verhältnis von etwa fünf zu eins. Noch extremer fällt die Analyse von Einkorn aus: „Hier haben wir ein Verhältnis von sechs zu eins“, sagt der Bäckermeister. Das erklärt, warum es zunächst schwierig sein kann, Stabilität in die Urgetreide-Teige zu bekommen.



Aufgrund der geringen Größe der Einkorn-Körner wird es so gut wie nicht als Auszugsmehl verwendet

Feuchtklebergehalt

Kommt Mehl mit Wasser in Kontakt, verbinden sich die Klebereiweiße Gliadin und Glutenin zu Gluten und können ein Vielfaches ihres Eigengewichtes an Wasser aufnehmen. Im Fachjargon spricht man nun von Feuchtkleber. Durch Auswaschen von Stärke und

VERGLEICH DER LABORWERTE

Getreide	Weizen	Emmer	Einkorn
Feuchtklebergehalt	24-32 %	18-30%	31-47%
Sedimentationswert	30-45 ml	12-30ml	11-90ml
Verhältnis Gliadin/ Glutenin	1:2	5:1	6:1
Fallzahlen	250-350	150-250	300-400
Stärkeeigenschaften	überwindend	überwindend, entquellend	nachgebend, stark entquellend

Quelle: Sebastian Brücklmaier



Durch verschiedene Formen bringt Brücklmaier unterschiedliche Aromen in das Urgetreide-Brot



Durch den Einschnitt vergrößert sich die Krusten-Oberfläche, somit kommen mehr Röstaromen ins Backwerk

anderer löslicher Mehl-Bestandteile kann der genaue Feuchtklebergehalt bestimmt werden.

Brücklmaier geht von einem durchschnittlichen Feuchtklebergehalt bei Weizen von zirka 24 bis 32 Prozent aus. Im Vergleich dazu liegt Emmer mit 18 bis 30 Prozent eher darunter, Einkorn hingegen mit 31 bis 47 Prozent deutlich darüber.

SEDIMENTATIONSWERT

Der Sedimentationswert sagt etwas über die Qualität des Klebereiweiß und seine Quellfähigkeit aus. 3,2 Gramm Mehl werden mit 50 Gramm destilliertem Wasser oder Bromphenolblau gemischt und intensiv geschüttelt. Danach wird die Masse fünf Minuten in einer Schüttelapparatur geschüttelt und es wird eine Milchsäurelösung zugegeben. Es folgt für weitere fünf Minuten Schütteln. Nach Ablauf der Zeit steht der Zylinder mit der Masse fünf Minuten lang senkrecht. Anschließend kann das Volumen des gequollenen Sediments auf dem Zylinder in Millimetern abgelesen werden. Es liegt zwischen 8 bei Kleber-armen und bei 78 bei besonders Kleber-starken Mehlen.

„Bei diesen Zahlen denkt man, Einkorn muss ja ein super Volumen haben. Aber das ist leider nicht so“, sagt der Bäckermeister. Neben dem Feuchtklebergehalt ist nämlich außerdem der Sedimentationswert ausschlaggebend für das Volumen von Backwaren.

Sedimentationswert & Fallzahl

„Damit beschreibt man die Quellfähigkeit von Eiweiß“, erklärt Brücklmaier. Bei Emmer falle der Sedimentationswert deutlich schlechter als bei Weizen aus. „Bei Einkorn kann er besser, aber auch deutlich schlechter sein. Das Getreide variiert sehr stark. Es ist daher eher schwer zu verbauen“, so der Urgetreide-Fachmann. Was an einem Tag bestens funktioniert, kann an einem anderen mit der neuen Mehlpackung schließlich deutlich abweichen – und ein wesentlich geringeres Volumen zur Folge haben als erwartet.

Auch die Fallzahl wird zur Prüfung von Mehlen herangezogen. Sie gibt Auskunft über die Backfähigkeit und die Aktivität des Enzyms Alpha-Amylase, das Stärke zu Zucker abbaut. Als Faustregel gilt: Gehen die Fallzahlen nach unten, bewegt sich die Enzymaktivität im Gegenzug nach oben.

FALLZAHL

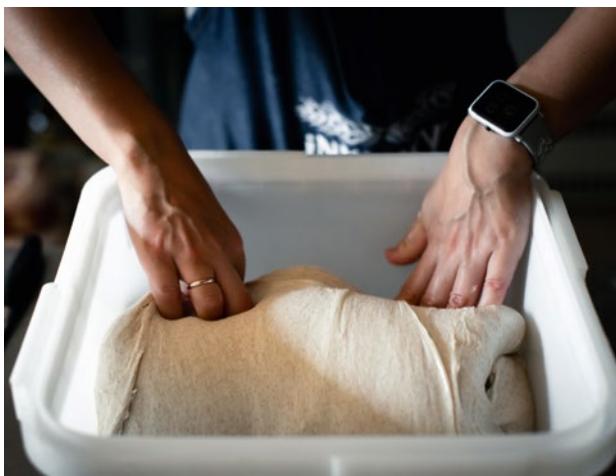
Dieser Wert gibt Auskunft über die Backfähigkeit des Mehls. Mindestens 300 Gramm Getreide werden zur Bestimmung gut durchmischt und mit einer Schlagkreuzmühle vermahlen. Davon wird eine kleine Menge entnommen, die vom Feuchtigkeitsgehalt des Mehls abhängt – bei 14 Prozent sind es sieben Gramm. Die Masse wird mit 25 Milliliter Wasser ins Messgerät gegeben, in einem Röhrchen verschlossen und mindestens 40 Mal geschüttelt, sodass es klümpchenfrei ist. Im 95°C heißen Wasserbad wird es anschließend hin und her bewegt; nach 60 Sekunden wird mit einem Messstab im Röhrchen zunächst eine Rührbewegung gestartet, dann wird dieser nach oben gezogen und losgelassen. Je nach Widerstand der Mehlmasse sinkt er schneller oder langsamer nach unten. Die Fallzahl benennt die Summe aus Rühr- und Sinkzeit in Sekunden. Die ideale Fallzahl von Weizen liegt zwischen 250 und 300 Sekunden. Bei Roggenmehl sind es 150 bis 180 Sekunden.

Bei Weizen geht man von einer idealen Fallzahl zwischen 250 und 320 aus. Im Vergleich dazu zeigt Emmer mit 150 bis 250 einen geringeren Durchschnittswert. Einkorn hingegen bewegt sich zwischen 300 und 400 und somit deutlich darüber.

Stärke-Eigenschaften

Als entscheidend für die Arbeit mit den Urgetreide-Sorten ordnet Sebastian Brücklmaier die Stärke-Eigenschaften von Emmer und Einkorn ein. So kann in manchen Fällen zwar ein hoher Stärke- und auch Proteingehalt vorliegen, bei ungünstigen Stärke-Eigenschaften führt er dennoch nicht automatisch zum gewünschten Ergebnis.

Brücklmaier unterscheidet zwischen „überwindender“, „entquellender“ und „nachgebender“ Stärke. Überwindende Stärke wird nach dem Abkühlen eher noch fester, nachgebende verliert an Stabilität. Entquellende Stärke nimmt zwar zunächst Flüssigkeit auf, gibt sie jedoch sofort wieder ab, nachdem keine mechanische Kraft mehr,



Damit der Teig an Stabilität gewinnt, wird er wiederholt gedehnt und gefaltet

Anzeige



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



Professionelle Backöfen
für zu Hause und Gewerbe

Backen | Braten | Grillen | Kochen
Dampfgaren | Niedrigtemperaturgaren
Dörren | Haltbarmachen

MANZ ist ein wahrer Meister aller Klassen!

Besuchen Sie unsere Backofenwelt
mit mehr als 60 Ofenmodellen
und professionellem Zubehör!

Mo-Fr 8-17 | Sa 9-13 Uhr

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



Auch wenn sich Weizen, Emmer und Einkorn ähneln, können sie nicht eins zu eins in einer Rezeptur ausgetauscht werden

Salz sollte erst später zum Teig gegeben werden, da es Wasser bindet und sich dieses dann unzureichend an der Stärke anlagert

zum Beispiel durch Kneten, ausgeübt wird. Da dieser Vorgang langsam geschieht, ist das Resultat erst nach einiger Zeit spürbar.

Während die Stärke bei Weizen gute überwindende Eigenschaften aufweist, ist dies bei Emmer nur zum Teil der Fall. Neben diesen zeigt das Urgetreide zudem entquellende Eigenschaften. Besonders problematisch

verhält es sich allerdings bei Einkorn. „Wir haben bei Einkorn stark entquellende Gluten-Eigenschaften und nachgebende Stärke. Das muss man erstmal in den Griff kriegen“, betont Brücklmaier.

Die Herausforderung besteht daher darin, die Feuchtigkeit auf andere Weise im Teig zu binden, als dies normalerweise bei Weizenteigen gelingt. „Das Urgetreide kann Wasser nur an sich lagern, während eine physikalische Kraft aufgebracht wird, zum Beispiel beim Kneten oder Zusammenfalten“, erklärt der Bäckermeister.



EMMERTEIGE

- Lange schonende Knetung bei kühler Temperatur (21-23°C, ähnlich wie Dinkel)
- Einsatz von Säure zu Stabilisierung
- Anregung der natürlichen Enzymaktivität aufgrund von harter Stärke
- Verspätete Salzzugabe
- Ölzugabe (2-4%), um Stärke zu versiegeln
- Lange Teigruhe, immer wieder dehnen und falten
- Langzeitführung

Quelle: Sebastian Brücklmaier

Sinnvolle Maßnahmen

Um trotz der Eigenschaften optimale Ergebnisse zu erzielen, empfiehlt Brücklmaier, die Teige zunächst langsam und schonend 10 bis 12 Minuten zu kneten. „Dann hat der Teig möglichst viel Zeit, lange und langsam ein Klebergerüst aufzubauen“, sagt er.

Unterschiede macht der Bäckermeister bei der Teigtemperatur. So empfiehlt er bei Emmerteigen eine Temperatur ähnlich wie bei Dinkel von 21 bis 23°C. Bei Einkorn darf sie mit 23 bis 25°C etwas höher sein. „Einkornkörner sind meist kleiner und haben mehr Schalenanteile, die eher bei höheren Temperaturen quellen“, sagt Brücklmaier.

Um dem Teig bei dieser ersten Quellknetung möglichst viel Wasser zur Verfügung zu stellen, sollte Salz erst später hinzugegeben werden. „Salz wirkt hygroskopisch, sozusagen Wasser-magnetisch, und bindet Wasser sofort“, erklärt Brücklmaier sein Vorgehen.

Auch der Einsatz von Kochstücken führt dazu, dass die Stärke deutlich mehr Flüssigkeit bindet. Natürliche Quellstoffe wie zum Beispiel Kartoffelflocken oder Apfelfasern bringen außerdem Saftigkeit ins Gebäck. BROTGranulat (siehe Seite 88) ist eine weitere Möglichkeit, Wasser mit natürlichen Rohstoffen zu binden.

Teige versäubern

Darüber hinaus hilft Säure dabei, das Klebergerüst zu stabilisieren. Aus diesem Grund kann es sinnvoll sein, bei Emmer und Einkorn Sauerteig einzusetzen. Alternativ kommen andere natürliche Säureträger in Frage, zum Beispiel Milchprodukte wie Quark, Joghurt oder Buttermilch. Als vegane Variante wäre Apfelessig eine gute Alternative.

Neben der schonenden Knetung empfiehlt der Bäckermeister, den Teigen eine lange Garzeit zu gewähren und immer wieder zu dehnen und zu falten.

Ein weiterer Kniff zur Stabilisierung ist die Zugabe von Öl. Das sollte etwa zwei bis drei Minuten vor Knetende geschehen. „Sobald ich das Öl zugebe, legt es sich um die Stärke und das angelagerte Wasser kann nicht mehr austreten“, erklärt Brücklmaier.



Sebastian Brücklmaier
ist Bäckermeister
und Junior-Chef
der Münchner
Bäckerei Konditorei
Brücklmaier

Fazit

Alles in allem bieten sich verschiedene Verfahren an, um Emmer- und Einkornteige zu stabilisieren und voluminöse sowie saftige Brote und Brötchen daraus zu backen. Der Aufwand im Vergleich zu Weizenteigen ist gleichwohl nicht zu unterschätzen und verlangt häufig zusätzliche Arbeitsschritte, um zu guten Ergebnissen zu kommen. Belohnt wird man mit aromatischen Gebäcken, die wertvolle Nährstoffe mitbringen. ■

EINKORNTEIGE

- Schonende Knetung bei normaler Temperatur (23-25°C, ähnlich wie Dinkel)
- Einsatz von Säure zu Stabilisierung zwingend nötig
- Einsatz von Kochstücken empfehlenswert
- Verspätete Salzzugabe
- Ölzugabe (2-4%), um Stärke zu versiegeln
- Lange Teigruhe, immer wieder dehnen und falten
- Langzeitführung
- Einsatz von natürlichen Quellstoffen, zum Beispiel Kartoffelflocken, BROTGranulat oder Apfelfasern

Quelle: Sebastian Brücklmaier

Sauerteig

- ▶ 110 g Wasser (warm)
- ▶ 95 g Emmermehl Vollkorn
- ▶ 10 g Anstellgut

Die Zutaten gründlich mischen und 12-14 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen.



Kochstück

- ▶ 120 g Wasser (kalt)
- ▶ 30 g Einkornmehl Vollkorn

Das Mehl ins Wasser einrühren und aufkochen bis die Masse puddingartig eindickt, dann 2-14 Stunden abgedeckt abkühlen lassen.



Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Kochstück
- ▶ 265 g Wasser (kalt)
- ▶ 300 g Dinkelmehl 630
- ▶ 180 g Emmermehl 812 (alternativ Emmermehl Vollkorn)
- ▶ 70 g Walnüsse
- ▶ 10 g Honig
- ▶ 7 g Frischhefe
- Spätere Zugabe
- ▶ 15 g Salz
- ▶ 10 g Rapsöl (alternativ Speiseöl)

Schwierigkeitsgrad:	★★★
Getreide:	Dinkel, Emmer, Einkorn
Triebmittel:	Sauerteig, Hefe
Teigkonsistenz:	weich
Zeit gesamt:	31-37 Stunden
Zeit am Backtag:	3,5 Stunden
Backzeit:	50 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	220°C
	nach 10 Minuten
Schwaden:	nein

Unkorn-Laib

Hier kommen die Urgeschwister zusammen. Emmer, Einkorn und Dinkel zählen zur Weizenfamilie und sind Vorfahren des heutigen Brotweizens. Dabei überzeugen sie durch ein Mehr an Nährstoffen und Aroma. Zudem mit besserer Verträglichkeit. Walnüsse geben dem Brot den besonderen Kick. Das überzeugt selbst Brotmuffel und Weizenfans.

- Die Zutaten – außer Salz und Rapsöl – 10 Minuten auf langsamer Stufe mischen, das Salz zugeben und 3 Minuten auf schnellerer Stufe kneten. Gegen Ende der Knetzeit das Rapsöl zugeben.
- Den Teig abgedeckt 60 Minuten bei Raumtemperatur anspringen lassen, dabei nach 30 und 60 Minuten jeweils dehnen und falten, dann für 14-18 Stunden abgedeckt in den Kühlschrank stellen.
- Den Teig 60 Minuten akklimatisieren lassen, dehnen und falten, weitere 30 Minuten ruhen lassen, dann langwirken und mit Schluss nach oben für 60 Minuten in einem bemehlten Gärkörbchen zur Gare stellen.
- Den Backofen rechtzeitig auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Den Teigling sanft aus dem Gärkörbchen stürzen, einschneiden und in den Ofen geben. Die Temperatur nach 10 Minuten auf 220°C senken und weitere 40 Minuten backen. ■

Rezept & Bild: Sebastian Brücklmaier

@der_brot_ingenieur
 /bruecklmaier

Auberginen-Paprika-Aufstrich

Leichte Aufstriche mit leckerem Gemüse sind Dauergäste in der vegetarischen Küche. Der Aufstrich mit Paprika und Auberginen schmückt jedes Buffet, passt zu verschiedenen Brotsorten, harmoniert mit pflanzlichen Bratlingen und auch mit unterschiedlichen Fleischsorten. Wer es pikanter mag, kann ihn mit Chiliflocken verfeinern.

- Den Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Die Aubergine einstechen und in eine Auflaufform legen. Olivenöl in die Form geben und verteilen. Die Paprika halbieren, entkernen und mit der Haut nach unten in die Auflaufform legen. Alles in den Backofen geben und 30-35 Minuten backen.
- Die Auflaufform aus dem Ofen nehmen und abkühlen lassen.
- Die Paprikahaut abziehen, die Aubergine längs halbieren und das Fruchtfleisch auskratzen. Die Hälften von der Paprika und der Aubergine entsorgen. Die Knoblauchzehe schälen.
- Alle Zutaten mit einem Pürierstab nicht ganz fein pürieren und mit den Gewürzen abschmecken. ■

Zutaten

- 300 g Auberginen
- 200 g Paprikaschoten (rot)
- 50 g Frischkäse
- 50 g Sonnenblumenkerne
- 40 g Olivenöl
- 20 g Basilikum
- 20 g Tomatenmark
- 5 g Zitronensaft
- 3 g Knoblauchzehe
- 3 g Salz
- 3 g Pfeffer

Tipp

Im Kühlschrank
ist der Aufstrich
4-6 Tage haltbar.



Rezept & Bild: Valesa Schell

 @brotbackliebeundmehr
 /groups/brotbackliebeundmehr
 brotbackliebeundmehr.com

Die Zeiten freudlos-trockner Dinkelbrote sind vorbei. Roggen unterstreicht das wunderbare Dinkel-Aroma. Dinkelschrot und Leinsaat boostern es noch, bringen Biss ins Brot und geben ihm seine Saftigkeit. Als Suppenbegleiter ist nicht einmal Butter notwendig. Als Star des Essens schmeckt Donna mit kräftigem Käse hervorragend.

Vorteig

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

Das Anstellgut im Wasser lösen, das Mehl dazugeben, alles gründlich vermischen und abgedeckt 8-16 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.



Brühstück

- ▶ 200 g Wasser (kochend)
- ▶ 50 g Dinkelschrot (grob, alternativ Dinkelmehl Vollkorn)
- ▶ 50 g Leinsaat (geschrotet)
- ▶ 12 g Salz

Dinkelschrot, Leinsaat und Salz mit dem Wasser übergießen, gründlich mischen und abgedeckt 2-16 Stunden bei Raumtemperatur quellen lassen.



Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ Brühstück
- ▶ 125 g Wasser (kalt)
- ▶ 230 g Dinkelmehl 1050
- ▶ 170 g Dinkelmehl 630

● Die Zutaten auf langsamer Stufe etwa 10 Minuten mischen, dann 2 Minuten auf schnellerer Stufe kneten. Abgedeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten gehen lassen. Dabei nach 30 und 60 Minuten jeweils dehnen und falten.

● Den Teig langwirken und mit Schluss nach oben in einem bemehlten Gärkörbchen 60 Minuten bei Raumtemperatur zu Gare stellen.

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

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



Rezept: Sebastian Marquardt

Bild: Jan Schnare

@brotmagazin

/brotmagazin

Domma



Für Einsteiger
geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★
Getreide:	Dinkel, Roggen
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	bindig
Zeit gesamt:	13-21 Stunden
Zeit am Backtag:	4,5 Stunden
Backzeit:	50 Minuten
Starttemperatur:	230°C
Backtemperatur:	210°C nach 10 Minuten
Schwaden:	beim Einschießen



Zeitraster

8.00 Uhr	17.00 Uhr	19.30 Uhr	20.00 Uhr	20.30 Uhr	21.20 Uhr
Sauerteig ansetzen	Hauptteig ansetzen	Brot formen	Ofen vorheizen	Backen	Brot fertig

Rom



Für Einsteiger
geeignet

Schwierigkeitsgrad:



Getreide:

Roggen

Triebmittel:

Sauerteig

Teigkonsistenz:

breiig

Zeit gesamt:

12-22 Stunden

Zeit am Backtag:

4,5 Stunden

Backzeit:

60 Minuten

Starttemperatur:

180°C

Backtemperatur:

180°C

Schwaden:

nein

Rezept: Sebastian Marquardt

Bild: Jan Schnare



@brotmagazin



/brotmagazin

Die letzten Wintertage verlangen nach einem herzhaften Brot. Purer Roggen, ergänzt um geröstete Saaten, wärmt die Seele schon mit seinem Geruch. Für herzhafte Salami oder gereiften Weichkäse gibt es kaum einen besseren Begleiter. Selbst nach fünf Tagen genießt man das Brot noch. Oder schneidet es dünn auf und trocknet es zu unschlagbar schmackhaften Brotchips.

Sauerteig

- 300 g Wasser (warm)
- 300 g Roggenmehl Vollkorn
- 30 g Anstellgut

Das Anstellgut im Wasser lösen, das Mehl dazugeben, alles gründlich vermischen und abgedeckt 8-16 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

Brühstück

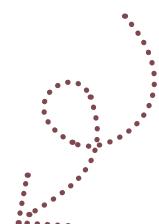
- 900 g Wasser
 - 250 g Saatenmischung
- Die Saaten in einer Pfanne trocknen, nach eigenem Geschmack anrösten, mit dem Wasser übergießen und vom Herd nehmen. Abgedeckt bei Raumtemperatur 2-16 Stunden quellen lassen. Das Wasser vor der Weiterverarbeitung absieben.

Tipp

Für die Saatenmischung eignen sich zum Beispiel Sonnenblumen- und Kürbiskerne sowie Leinsaat im Verhältnis 2:2:1. Das Brot kann auch als reines Vollkornbrot hergestellt werden, dann kommen in den Teig zusätzlich etwa 30 g Wasser.

Hauptteig

- Sauerteig
- Brühstück
- 300 g Wasser (warm)
- 400 g Roggenmehl 1370 (alternativ Roggenmehl 1150)
- 16 g Salz



● Alle Zutaten von Hand gründlich mischen und 30 Minuten abdeckt bei Raumtemperatur quellen lassen.

● Den Teig in eine gefettete Kastenform (zirka 30 cm) geben und abgedeckt bei Raumtemperatur 2-4 Stunden gehen lassen, bis der Teig die Form voll ausfüllt.

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

● Die Form in den Ofen geben und 60 Minuten backen. ■



Zeitraster

20.00 Uhr

Sauerteig ansetzen

Nächster Tag

10.00 Uhr

Hauptteig ansetzen

10.40 Uhr

Teig in die Form geben

14.00 Uhr

Ofen vorheizen

14.30 Uhr

Backen

15.30 Uhr

Brot fertig

Viel zu selten kommen diese engen Verwandten gemeinsam in ein Brot. Dabei passen Weizen und Dinkel perfekt zusammen. Der eine bringt etwas mehr Nährstoffe mit, der andere die besseren Backeigenschaften. Gemeinsam liefern sie die perfekte Grundlage für leichte, frische Aufstriche und einen guten Start in den Tag.

Sauerteig

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

Das Anstellgut im Wasser lösen, das Mehl dazugeben, alles gründlich vermischen und abgedeckt 8-16 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.



Kochstück

- ▶ 500 g Wasser
- ▶ 100 g Dinkelkörner

Die Körner mit dem Wasser etwa 20 Minuten köcheln und im Wasser bis zu 16 Stunden abkühlen lassen. Das Wasser vor der Weiterverarbeitung absieben.



Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 260 g Wasser (kalt)
- ▶ 400 g Weizenmehl 1050
- ▶ 12 g Salz
- ▶ Spätere Zugabe
- ▶ Kochstück

● Die Zutaten 8 Minuten auf langsamer Stufe mischen, die Körner zugeben und weitere 3 Minuten auf schnellerer Stufe kneten. Den Teig abgedeckt 120 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen, dabei nach 30 und 60 Minuten jeweils dehnen und falten.

● Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche rundformen und mit Schluss nach unten 60 Minuten bei Raumtemperatur in einem bemehlten Gärkörbchen gehen lassen.

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

● Den Teigling sanft aus dem Gärkörbchen stürzen und mit Schwaden in den Ofen geben. Die Temperatur sofort auf 230°C reduzieren und 45 Minuten backen. ■



Rezept: Sebastian Marquardt

Bild: Jan Schnare

 @brotmagazin

 /brotmagazin

Johann

Für Einsteiger
geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★
Getreide:	Weizen, Dinkel
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	weich, bindig
Zeit gesamt:	12-20 Stunden
Zeit am Backtag:	4 Stunden
Backzeit:	45 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	230°C sofort
Schwaden:	beim Einschießen



Zeitraster

7.00 Uhr
Sauerteig ansetzen

17.00 Uhr
Hauptteig ansetzen

19.30 Uhr
Brot formen

20.00 Uhr
Ofen vorheizen

20.30 Uhr
Backen

22.15 Uhr
Brot fertig

Pebbles



Tipp

Anstelle von BROTGranulat Ackerbohne kann auch Dinkel- oder Hartweizen-Granulat verwendet werden. Dabei handelt es sich um eine natürliche Zutat, die mehr Wasser im Teig bindet, vergleichbar mit einem getrockneten Kochstück. Mehr Informationen auf Seite 88 oder unter brot-magazin.de/einkaufen.

Ohne Granulat reduziert sich die Wassermenge auf 460 g.

Eine schnelle Version dieses Brotes findest Du auf Seite 108.



Zeitraster

18.00 Uhr
Hauptteig ansetzen

19.30 Uhr
Teig in den Kühl-
schränk geben

Nächster Tag

19.30 Uhr
Brot formen

20.00 Uhr
Ofen vorheizen

20.30 Uhr
Backen

21.20 Uhr
Brot fertig



Rezept: Sebastian Marquardt

Bild: Jan Schnare



@brotmagazin



/brotmagazin

Hefebrote überzeugen selten durch Saftigkeit. **BROTGranulat** und eine lange kalte Gare schaffen Abhilfe. Sie sorgen für jede Menge Wasser im Teig und eine gute Verquellung der Zutaten. So entsteht ein bekömmliches Brot mit langer Haltbarkeit. Und das fast ohne Aufwand. Der Teig bereitet sich beinahe selbst zu.

- Alle Zutaten – außer Salz – auf langsamer Stufe 10 Minuten mischen, dann 10 Minuten auf schnellerer Stufe kneten, das Salz zugeben und weitere 2 Minuten schnell kneten.
- Den Teig abgedeckt 60 Minuten bei Raumtemperatur anspringen lassen, dann für etwa 24 Stunden in den Kühlschrank stellen.
- Den Teig ohne vorherige Akklimatisierung auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche schonend langwirken, mit Schluss nach oben in ein bemehltes Gärkörbchen legen und 60-90 Minuten bei Raumtemperatur zur Gare stellen.
- Rechtzeitig den Ofen auf 230°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Den Teigling sanft aus dem Gärkörbchen stürzen, einschneiden und mit Schwaden in den Ofen geben. Die Temperatur nach 10 Minuten auf 210°C reduzieren und weitere 40 Minuten backen. ■

Teig-Zutaten

- 520 g Wasser (kalt)
- 400 g Weizenmehl 1050
- 200 g Weizenmehl 550
- 30 g BROTGranulat Ackerbohne
- 4 g Frischhefe
- Spätere Zugabe
- 12 g Salz

Für Einsteiger
geeignet

Schwierigkeitsgrad:



Getreide:

Weizen

Triebmittel:

Hefe

Teigkonsistenz:

bindig

Zeit gesamt:

27 Stunden

Zeit am Backtag: 2-2,5 Stunden

Backzeit:

50 Minuten

Starttemperatur:

230°C

Backtemperatur:

210°C

nach 10 Minuten

Schwaden:

beim Einschießen

Sauerteigreste lassen sich wunderbar als Brotzutat verwenden. Und so hat das Anstellgut hier auch keine Trieb-Aufgabe. Es sorgt für Aroma, Saftigkeit und Haltbarkeit. Ach, könnte man doch nur alle Reste so sinnvoll verarbeiten. Rotkornweizen bringt den aromatischen Kick in dieses Winter-Weizenbrot.

Rezept: Sebastian Marquardt

Bild: Jan Schnare

 @brotmagazin

 /brotmagazin

Teig-Zutaten

- 480 g Wasser (kalt)
- 300 g Rotkornweizenmehl
Vollkorn (alternativ
Weizenmehl Vollkorn)
- 300 g Weizenmehl 550
- 100 g Anstellgut
(aus dem Kühlschrank)
- 14 g Salz
- 4 g Frischhefe

① Die Zutaten 10 Minuten auf langsamer Stufe in der Maschine mischen, dann 7 Minuten auf schnellerer Stufe kneten. Den Teig abgedeckt 2 Stunden gehen lassen.

② Den Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche rundwirken und 60 Minuten mit Schluss nach unten im bemehlten Gärkörbchen gehen lassen.

③ Den Ofen auf 230°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

④ Den Teigling vorsichtig aus dem Gärkörbchen stürzen, in den Ofen geben und schwaden. Nach 10 Minuten die Temperatur auf 210°C senken, weitere 40 Minuten backen. ■

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad: 
Getreide: Rotkornweizen, Weizen
Triebmittel: Hefe, Sauerteig
Teigkonsistenz: bindig
Zeit gesamt: 5,5 Stunden
Zeit am Backtag: 5,5 Stunden
Backzeit: 50 Minuten
Starttemperatur: 230°C
Backtemperatur: 210°C
nach 10 Minuten
Schwaden: beim Einschießen,

Tipp

Für den Trieb sorgt in diesem Brot vor allem die Hefe, das Anstellgut unterstützt nur. Je nach Fitness des Sauerteigs kann sich die Gare jedoch verlängern oder verkürzen. Wer auf Sauerteig verzichten möchte, reduziert das Salz um 2 g und das Wasser um etwa 30 g.

Rotfnisch



Zeitraster

16.00 Uhr
Teig ansetzen

18.30 Uhr
Brot formen

19.00 Uhr
Ofen vorheizen
20.30 Uhr
Backen

21.20 Uhr
Brot fertig

21.10 Uhr
Backen
22.00 Uhr
Brot fertig

Euer BROT

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



Die Spekulatius-Bagels aus BROT 01/2022 haben mich schon beim ersten Lesen der Ausgabe gereizt – ich liebe die Kombination aus süß und salzig. Beim Backen hat alles geklappt, die Bagels sehen spitze aus.

Vera Mundschenk



Bei dem Brot Frühsommer '21 aus BROT 05/2021 hat mir die lange Gare von 12 bis 20 Stunden besonders gut gefallen. Während der Wartezeit kann man etwas unternehmen und wenn man nach Hause kommt, freut man sich, das Brot fertig zu backen.

Beatrice Bühringer

Das flotte Bierchen aus der letzten Ausgabe habe ich mit einem Schwarzbier als Schüttflüssigkeit gebacken. Es duftet fantastisch.

Tatjana



Für das Hausmacher Abendbrot aus der letzten Ausgabe habe ich Emmermehl statt des vorgesehenen Dinkelmehls verwendet.

Christel Punsmann



Mich hat das Rezept für das schnelle Dinkel-Skyr-Kamutchen aus BROT 06/2021 angesprochen, da ich vor einiger Zeit ein Kilogramm Khorasan-Körner gekauft habe, für die ich bis dato noch keine Verwendung gefunden habe. Für den Hefearnsatz griff ich zu Imkerhonig. In den Hauptteig kamen selbst gemahlenes Khorasan-Vollkornmehl und Joghurt nach griechischer Art. Zwei Esslöffel Haferschrot, das feinen Backschrot ähnelt, gab ich ebenfalls in den Teig. Da das Ergebnis gut gelungen war, habe ich das Brot 14 Tage später erneut gebacken. Es schmeckt sehr gut. Wenn man die Kruste abschneidet, eignet es sich zudem ausgezeichnet als Toastbrot.

Siegfried Skomal



Das Brot Schlaumeier aus der letzten Ausgabe ist mir gut gelungen. Die gerösteten Körner geben ihm einen leicht bitteren Geschmack, die Rosinen gleichen das durch ihre Süße wieder aus. Das Brot ist sehr saftig und hält lange frisch. Am ersten Tag habe ich die Scheiben leicht getoastet, das war ebenfalls ein Genuss.

Michael Erskine

Ich habe die Gelbweizen-Wurzeln aus dem **BROT-Sonderheft Backen mit Getreide** gebacken. Statt vier kleinen Stangen aus dem Teig zu machen, wurde er nach dem Ausziehen nur geteilt. Beide Teighälften sind mit Ajvar bestrichen, aufgerollt und dann gedreht. Ein Brot habe ich mit geröstetem Sesam und eins mit Mohn bestreut. Der Geschmack und die Konsistenz der Gelbweizen-Wurzeln ist super geworden.

Ina Hoyer



Da ich ein Exemplar verschenken möchte, habe ich aus dem Nusszopf aus der letzten Ausgabe zwei kleine Zöpfe gemacht. In die Füllung kamen zusätzlich Löffelbiskuits. Vom Ergebnis war ich begeistert, die Zöpfe sind sehr saftig und fluffig geworden.

Nicole Sprenger



Ich entschied mich für Böckers Mildes aus der letzten Ausgabe. Im Test dabei: Der Sauerteig von Böckers, der zu empfehlen ist. In dem milden Mischbrot aus Roggenmehl 1150 und Weizenmehl 550 lockert er den Teig wunderbar. Auch eigenes Anstellgut kann man damit rasch starten.

Arno Bauermeister

Meine Wilhelmina aus der letzten Ausgabe ist nicht perfekt geworden, da mein Sauerteig aus Zeitmangel nicht genügend Zeit zum Reifen hatte. Aber es schmeckt trotzdem sehr gut.

Bettina Dürr



Ich habe das Dreierlei aus der letzten Ausgabe nachgebacken. Allerdings nach italienischer Art, da ich meine mitgebrachten Mehle aus dem Toskana-Urlaub ausprobieren wollte. Die Mehle aus dem Rezept habe ich gegen Manitoba Tipo 0, Tipo 1 und Tipo 2 getauscht und die anderthalbliche Menge genommen. Leider hatte ich vergessen, Wasser zurückzuhalten. Dadurch war der Teig sehr flüssig. Also kamen noch fünf Gramm Flohsamenschalen hinein, das Öl ist komplett weggefallen. Dafür habe ich ordentlich gedehnt und gefaltet. Anfangs sah es nicht so aus, als ob der Teig noch zu retten wäre. Aber siehe da: Aus dem Topf kam ein Brot wie ich es mag, mit einer zart splitternden Kruste.

Anke Rizzo



In der letzten Ausgabe gab es ein Rezept für eine Weihnachtsbrezel, das ich unbedingt ausprobieren wollte. Der Teig war schön fluffig und ließ sich gut verarbeiten. Die Brezel ist sehr lecker geworden und ich habe viele Komplimente dafür bekommen.

Tabea Strandgut



Das Dreierlei aus **BROT 01/2022** habe ich bereits zweimal gebacken. Beim ersten Mal war der Geschmack zwar toll, aber die Optik aus Zeitmangel nicht optimal. Bei der Wiederholung wurde die Zeit meinen Bedürfnissen angepasst und der Teig kam zur Übernachtgarre in den kalten Hauswirtschaftsraum. Der zweite Versuch ist gut

gelungen, herausgekommen ist ein richtig leckeres und auch optisch ansprechendes Brot. **Katharina Henken**



Wir brauchten Brot und die Wahl fiel auf Wilhelmina aus **BROT 01/2022**. Der Weizensauerteig hat mich überrascht, er war über Nacht auf der Fensterbank sehr aktiv. Walnüsse mussten auch noch verarbeitet werden, also habe ich diese zeitgleich mit dem Sauerteig angesetzt. Der Teig kam gut aus dem Gärkörbchen und ging beim Backen nochmal schön hoch. Es sieht gut aus und schmeckt sehr gut. Das längliche Brot auf dem Bild ist das kernige Bauernbrot aus dem **BROT**Sonderheft No Knead. **Anja Danneberg**



Unser 13-jähriger Sohn wollte unbedingt ein Brot backen. Er hat sich das flotte Bierchen aus **BROT 01/2022** ausgesucht. Als ich abends nach Hause kam, durfte ich der Entnahme seines ersten Brotes aus dem Ofen noch beiwohnen. Das Brot ist für den ersten Versuch wirklich gut geworden. **Stephan Streußer**



Ich habe mich an das Deep Purple aus **BROT 01/2022** gewagt. Die Farbe ist toll und nur mit Butter bestrichen schmeckt das Brot wie ein Marmeladenbrot.

Heidi Braun



Ich habe den Schlau-meier aus **BROT 01/2022** gebacken. Der Geschmack gefällt mir gut, durch die Rosinen hat das Brot eine leichte Süße. Es ist allerdings sehr locker und etwas schwierig zu schneiden, was sicher mit dem hohen Anteil an Körnern und wenig Mehl zusammenhängt.

Ute Steinbrink



Zeigt her Eure Brote!

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



Alpenkruste

Mit herzhaften Zutaten wird ein kräftiges Roggen-Mischbrot gezaubert. Das geröstete Altbrot verleiht der Alpenkruste eine saftige Krume. Das aromatische Brot passt sehr gut zu süßen Konfitüren und Marmeladen sowie deftigen Käsesorten. Wer möchte, kann es aber auch zu herzhaften Eintöpfen genießen.

➊ Die Zutaten 8-10 Minuten auf langsamer Stufe kneten. Den Teig einmal kräftig dehnen und falten und 5 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur ruhen lassen.

➋ Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche rundwirken und 120 Minuten bei Raumtemperatur im gut bemehlten Gärkörbchen mit Schluss nach unten zur Gare stellen.

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

➍ Den Teigling sanft aus dem Gärkorb stürzen, in den Ofen geben und sofort schwaden. Nach 10 Minuten Backzeit Dampf abziehen lassen, die Temperatur auf 200°C reduzieren und das Brot weitere 35-40 Minuten fertig backen. ☺

Tipp

Statt Zuckerrübensirup kann auch jeder andere Sirup nach Wunsch verwendet werden.

Rezept & Bilder: Valesa Schell

@brotbackliebeundmehr
 /groups/brotbackliebeundmehr
 brotbackliebeundmehr.com

FermentolyseTeig

- ▶ 480 g Wasser (warm)
- ▶ 200 g Weizen-Ruchmehl (alternativ Weizenmehl Vollkorn)
- ▶ 150 g Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 150 g Roggenmehl 1370
- ▶ 60 g Altbrot (gemahlen, geröstet)
- ▶ 60 g Anstellgut
- ▶ 10 g Zuckerrübensirup
- ▶ 4 g Frischhefe

Alle Zutaten gründlich vermischen und abgedeckt bei Raumtemperatur 30 Minuten quellen lassen.

HauptTeig ↗

- ▶ FermentolyseTeig
- ▶ 12 g Salz

Schwierigkeitsgrad:



Getreide: Weizen, Roggen

Triebmittel: Hefe, Sauerteig

Teigkonsistenz: bindig

Zeit gesamt: 9 Stunden

Zeit am Backtag: 9 Stunden

Backzeit: 45-50 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 200°C
nach 10 Minuten

Schwaden: beim Einschießen



Wolfgang Mock
sucht **Testerinnen und
Tester** zum Start

Die Kraft des vollen
Bio-Korns steckt in
den neuen Mahlgut-
mischungen für
gelingsichere Brote

Wer frisches Mehl liebt

Wolfgang Mock, Entwickler legendärer Getreidemühlen von Hawos bis Mockmill, startet ein neues Produkt. Dabei setzt er auf die Unterstützung der Leserinnen und Leser von BROT. Hundert von ihnen haben die Möglichkeit, die neuen Produkte vor dem Marktstart zu testen und aktiv mitzuentwickeln.

Sein Leben steht im Zeichen frisch gemahlenen Getreides. Damit beschäftigt sich Wolfgang Mock seit Jahrzehnten. Viele der heutigen Haushaltmühlen beruhen auf seinen Ideen und Entwicklungen. Mit dem Unternehmen Mockmill brachte er in letzten Jahren frischen Wind in den Markt. Nun aber startet er ein komplett neues Projekt. Unter dem Namen **bake & bowl** bringt seine neu gegründete Firma Mockbake im Verlauf des Jahres Bio-Körnermischungen für frisches Vollkornbrot, aber auch Smoothies, Porridge und Müsli auf den Markt.

Der Clou: Passend zu diesen Mischungen folgt dann eine intelligente Getreidemühle, die automatisch perfekt auf die jeweilige Mischung abgestimmt weiß, was mit den Körnern zu tun ist. Natürlich funktionieren die Mischungen aber auch mit jeder herkömmlichen Mühle.

Erstes Produkt der neuen Unternehmung sind „ready-to-use“-Bio-Mahlgut-Mischungen mit allen Zutaten im praktischen Twin-Pack – für einfaches und gelingsicheres Brotbacken. Die entsprechenden Rezepte wurden zusammen mit Studentinnen der

Mit *bake & bowl* startet Wolfgang Mock ein komplett neues und innovatives Projekt

Berliner Hochschule für Technik sowie der Fachhochschule Bremerhaven und weiteren Experten entwickelt. Doch bevor sie in den Handel kommen, sollen eben diese Mischungen auf Herz und Nieren geprüft werden.

Testen, mitgestalten, gewinnen
Gesucht werden Testerinnen und Tester, die eine Haushaltmühle besitzen und Lust haben, die neuen Produkte lange vor dem Marktstart auszuprobieren. Ihre Erfahrungsberichte und Verbesserungsvorschläge fließen in die Finalisierung der Produktentwicklung ein. Dafür existiert eine geschlossene Facebook-Gruppe, in der die Testerinnen und Tester Fotos, Erfahrungen und Hinweise untereinander wie auch mit den Verantwortlichen von Mockbake austauschen.

Für die Teilnahme genügt eine kurze Mail an Wolfgang Mock, in der Interessierte ihre Daten sowie ihre bisherigen Erfahrungen beim Brotbacken mitteilen. Dabei können sie aus mehreren Mahlgutmischungen die zwei auswählen, die sie gerne testen möchten.





Bio-Dinkel ist einer der Hauptdarsteller bei den Mischungen von **bake & bowl**

Alle Testerinnen und Tester, die sich mit Bildern ihrer Brote an der Aktion beteiligen, erhalten als Dankeschön zum Marktstart im Frühjahr die finalen Mischungen. Zudem werden drei der neuen intelligenten Mühlen-systeme unter den Teilnehmenden verlost.

Echte Brot-Fans auf der letzten Etappe der Produktentwicklungen mit einzubeziehen, ist ein innovativer Ansatz. So viel Transparenz zeigen Unternehmen selten. Damit ergibt sich die Chance, daran mitzuwirken, richtig gute Mischungen für tolle gelingsichere Vollkorn-Brote in den Markt zu bringen. ■

DIE TEILNAHME

Die ersten 100 Interessierten können aus vier geplanten Bio-Mahlgutmischungen zwei wählen, die ihnen zugesandt werden. Damit backen sie die Brote und teilen Fotos, Erfahrungen sowie Verbesserungsvorschläge in einer geschlossenen Facebook-Gruppe. Wer sich aktiv beteiligt, erhält als Dankeschön die finalen Mahlgutmischungen zum Marktstart, voraussichtlich im Frühling. Zudem werden unter allen Teilnehmenden 3 der neuen intelligenten Mühlen verlost, die Wolfgang Mock gerade für **bake & bowl** entwickelt.

Für die Teilnahme genügt eine Mail an service@mockbake.com

Darin sind folgende Angaben erforderlich:

- Wahl von 2 Mahlgutmischungen
- Name
- Anschrift
- Alter
- Selbsteinschätzung der Brotback-Erfahrung (Neuling/Fortgeschritten/Experte)

Die ersten 100 Einsendungen erhalten per Post die gewählten Mischungen sowie weitere Informationen und eine Einladung in die geschlossene Facebook-Gruppe für den Austausch mit anderen Teilnehmenden und den Verantwortlichen von Mockbake.

Zur Auswahl stehen diese Mahlgutmischungen:

- **Classibro** – klassisches Vollkornbrot mit Dinkel und Roggen
- **Captain Seed** – ein Saatenbrot ganz ohne Mehl
- **Röstkäppchen** – außen kross, innen fluffiges Vollkornbrot
- **Brorunner** – Vital-Vollkornbrot mit pflanzlichen Proteinen

Die Kraft des vollen Bio-Korns mit seinem Reichtum an Aroma und Nährstoffen steckt in den Brotback-Mischungen



Vorteig (Poolish)

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

Die Zutaten gründlich miteinander vermischen und abgedeckt im Kühl schrank 8-10 Stunden gehen lassen.

Kochstück

- ▶ 125 g Wasser (kalt)
- ▶ 25 g Dinkelmehl 630
- ▶ 13 g Salz

Salz und Mehl ins Wasser einröhren, unter ständigem Rühren aufkochen bis die Masse puddingartig eindickt und nach dem Abkühlen abgedeckt bis zur Weiterverarbeitung in den Kühlschrank stellen.

Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ Kochstück
- ▶ 200 g Wasser (kalt)
- ▶ 200 g Weizenmehl 1050
- ▶ 200 g Weizenmehl 550
- ▶ 8 g Frischhefe
- ▶ 5 g Honig

Topping

- ▶ 50 g Weizenmehl

FÜLLUNG

Zutaten

- ▶ 500 g Hackfleisch (gemischt)
- ▶ 100 g Zwiebel (gehackt)
- ▶ 5 g Ajvar (alternativ Paprikapaste)
- ▶ 5 g Tomatenmark
- ▶ 4 g Senf
- ▶ 4 g Paprika (edelsüß)
- ▶ 3 g Salz
- ▶ 3 g Pfeffer

Spätere Zugabe

- ▶ 50 g Röstzwiebeln

Alle Zutaten gründlich zu einer Masse mischen und 24 gleich schwere Bouletten à 20 g formen. Die Bouletten anbraten und aus kühlen lassen.



Boullette

Frikadelle, Fleischpflanzerl, Fleischküchle, Hacktätschli – der Klops aus gemischem Hack kennt viele Namen. Im Osten Deutschlands sagt man in den meisten Regionen Boulette dazu. Ein knuspriges Baguette mit weicher Krume, gefüllt mit herzhaften Bouletten: Hier wird das Gebäck zur vollen Mahlzeit, zum leckeren Sattmacher für jede Gelegenheit. Passend zu den Boullettes können leichte Salate oder erfrischende Dips serviert werden.

● Alle Zutaten 13 Minuten auf langsamer Stufe vermischen, dann auf schnellerer Stufe 5 Minuten kneten und 60 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen.

● Den Teig auf eine bemehlt Arbeitsfläche geben und halbieren. Beide Teighälften in eine rechteckige Form (40 x 15 cm) ziehen.

● Jeweils 12 Bouletten mittig längs auf den Teigen platzieren und mit Röstzwiebeln bestreuen. Die Seiten der Teige so zusammenklappen, dass die Bouletten-Reihen eng umhüllt sind.

● Die Boullettes mit Schluss nach oben in ein Backkleinen oder auf eine Dauerbackfolie (alternativ Backpapier) legen, mit Weizenmehl bestäuben und abgedeckt 120 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.

● Den Backofen rechtzeitig auf 240°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

● Die Boullettes in den Ofen geben und schwaden. Nach 7 Minuten die Temperatur auf 200°C reduzieren und weitere 18-23 Minuten fertig backen. ■

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	Weizen, Dinkel
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	bindig, klebrig
Zeit gesamt:	12-15 Stunden
Zeit am Backtag:	4,5 Stunden
Backzeit:	25-30 Minuten
Starttemperatur:	240°C
Backtemperatur:	200°C
	nach 7 Minuten
Schwaden:	nach 1 Minute

Rezept & Bild: Silke Binte-Braun

Mehlkorn-Kürbiskern

Einerseits ist die Kürbissaison vorbei, andererseits geht Kürbis immer. Die Kerne überzeugen nicht nur durch Geschmack, sondern auch mit guten Inhaltsstoffen. In der Steiermark, einer Hauptanbauregion, empfiehlt man sie gar gegen Prostata- und Blasenleiden. Mais ergänzt den Kürbis hier aromatisch hervorragend. Mit einer heißen Schokolade oder Rinder-Rauchfleisch lässt sich das Brot perfekt genießen.

○ Die Zutaten auf langsamer Stufe 10 Minuten mischen, dann auf schnellerer Stufe 4 Minuten kneten. Abgedeckt bei Raumtemperatur 30 Minuten gehen lassen.

○ Den Teig langwirken und mit Schluss nach oben in ein mit dem Topping ausgestreutes Gärkörbchen geben. Abgedeckt im Kühl-schrank 10-12 Stunden gehen lassen.

○ Den Backofen rechtzeitig auf 220°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

○ Den Teigling 15 Minuten akklimatisieren lassen, sanft aus dem Gärkorb stürzen, einschneiden und mit Schwaden in den Backofen geben. Die Temperatur nach 10 Minuten auf 190°C senken und weitere 40 Minuten backen. ■

Brühstück

- 160 g Wasser (kochend)
- 80 g Kürbiskerne (geröstet)
- 40 g Maismehl

Kürbiskerne und Maismehl mit dem Wasser übergießen, mischen und abgedeckt bei Raumtemperatur 5 Stunden quellen lassen.

Hauptteig

- Brühstück
- 340 g Wasser
- 400 g Weizenmehl 1050
- 80 g Roggenmehl 1150
- 20 g Anstellgut
- 11 g Salz
- 8 g Frischhefe

Topping

- 70 g Kürbiskerne
- 20 g Maismehl
- 5 g Salz

Rezept & Bild: Robert Schute



Schwierigkeitsgrad:



Getreide:

Weizen, Roggen

Triebmittel:

Hefe, Sauerteig

Teigkonsistenz:

weich, bindig

Zeit gesamt:

17-20 Stunden

Zeit am Backtag:

1,5 Stunden

Backzeit:

50 Minuten

Starttemperatur:

220°C

Backtemperatur:

190°C

nach 10 Minuten

Schwaden:

beim Einschießen



Dinkel-Hirse-Laib

Sauerteig

- ▶ 220 g Wasser (warm)
- ▶ 220 g Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 20 g Anstellgut

Alle Zutaten gründlich vermischen und abgedeckt bei Raumtemperatur 8-16 Stunden zur Gare stellen.

Kochstück

- ▶ 280 g Wasser (kalt)
- ▶ 140 g Hirse
- ▶ 2 g Salz

Die Hirse mit Wasser und Salz aufkochen, abkühlen lassen und bis zur Weiterverarbeitung abgedeckt in den Kühlschrank stellen.

Roggen, Dinkel, Hirse, Saaten und Körner – ein Brot aus diesen Zutaten hält lange satt, ist nahrhaft und verspricht ein nussiges Geschmackserlebnis. Hirse gehört zu den ältesten Getreidearten und wurde bereits in der Steinzeit verarbeitet. In den letzten Jahren wird sie wieder populärer und findet ihren Weg zurück in die Hobby-Backstuben.

● Alle Zutaten auf langsamer Stufe 10 Minuten vermischen, dann auf schnellerer Stufe 3 Minuten kneten.

● Den Teig abgedeckt bei Raumtemperatur 60 Minuten gehen lassen.

● Den Teig rundwirken und 45 Minuten bei Raumtemperatur im gut bemehlten Gärkörbchen mit dem Schluss nach unten zur Gare stellen.

● Den Backofen rechtzeitig auf 240°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

● Den Teigling sanft aus dem Gärkorb stürzen und in den Backofen geben. Die Temperatur sofort auf 200°C reduzieren, schwaden und 55 Minuten backen. ■

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★
Getreide:	Dinkel, Roggen
Triebmittel:	Sauerteig, Hefe
Teigkonsistenz:	weich
Zeit gesamt:	12-20 Stunden
Zeit am Backtag:	3,5 Stunden
Backzeit:	55 Minuten
Starttemperatur:	240°C
Backtemperatur:	200°C sofort
Schwaden:	beim Einschießen

Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ Kochstück
- ▶ 150 g Wasser (kalt)
- ▶ 360 g Ur-Dinkelmehl 630 (alternativ Dinkelmehl 630)
- ▶ 25 g Leinsaat
- ▶ 25 g Sonnenblumenkerne
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 6 g Backmalz (inaktiv)
- ▶ 4 g Frischhefe

PLZ 20000

Mühle Erks
Backen Sie Ihr Brot mit unseren wertvollen Zutaten!

Bioland

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

PLZ 50000

Horbacher Mühle
Horbacher Mühle Prod. u. Handels GmbH
Oberhorbacher Str. 25
53819 Neunkirchen-Seelscheid
Telefon: 02247 / 300 102
Mail: shop@horbacher-muehle.de
www.horbacher-muehle.de

BIO MÜHLE EILING
Möhnestraße 98
59581 Warstein
shop@biomuehle-eiling.de
www.biomuehle-eiling.de

PLZ 60000

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

Gaimühle 1, 63928 Riedern
Tel.: 09378 99950

PLZ 70000

WALZ-MÜHLE
Erlebniseinkauf im neuen Mühlenmarkt oder im Onlineshop

Steigle 34 72160 Horb
07451-6252709
www.walz-muehle.com

Stingel-Mühle
72336 Balingen

Versandkostenfrei ab 45 €

QUALITÄTSMEHLE BACKMISCHUNGEN BACKZUTATEN & ZUBEHÖR
www.mehlkaufen.de

Heimatsmühle
SIE 1808

Unser Mühlenladen für Genussentdecker

Heimatsmühle 1
73433 Aalen
Telefon 073 61 / 91 51 - 64
www.heimatsmuehle.com

SPIELBERGER Mühle
demeter

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 & KORNHAUS

GETREIDE MEHLE BACKZUTATEN
* von den Höhenlagen des Schwarzwaldes

79848 Bonndorf, Telefon: 07703 318
blattert-muehle.de

MAILÄNDER MÜHLE
Egerweg 30 · 86753 Möttingen
Tel.: 09083/208 · Fax: 92 02 08

Online shoppen: mailaender-muehle.de

Alle Mühlenprodukte auch in BIO
Besondere Spezialität
Gelbweizenmehl

RIESENGOLD

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

BRUCKMAYER MÜHLE
1890

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

BRUCKMAYER MÜHLE | Altötting
Telefon: (0)86 71-69 89
www.bruckmayer-muehle.de

PLZ 90000

Schustermühle
Seit 1825

- Mehl
- Getreide
- Backzutaten

Aus der Region für die Region

besuchen Sie unseren **Onlineshop**

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

Winkler Mühle
Qualität aus der

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

Onlineshop: www.winkler-muehle.de

Dorfstr. 1 · 91189 Gostenfelden
Tel.: 09122-83 18 55
Öffnungszeiten Mühlenladen und Hofcafe
Mo-Fr 08-18 Uhr · Sa 08-13 Uhr

Österreich

la müh la
Langers Mühlenladen

Alles rund ums Backen, Kochen und vieles mehr

www.lamuehla.at
Schubertstraße 15
3452 Atzenbrugg
Österreich

office@langermuehle.at
Telefon: +43 2275/5273

Rosenfellner Mühle

GUTES FÜR DICH!

EXZELLENTE BIOQUALITÄT - GUT FÜR BAUCHGEFÜHL!

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

Bequem online bestellen unter www.rosenfellner.at

Mühlenfinden



Gute Bäckerei oder gute Konditorei – so war das in Paris üblich. Beides unter einem Dach wollten Sébastien Bruno und Erwan Blanche vereinen

Eine Pariser Bäckerei,
an die niemand so recht glaubte

Text & Bilder:
Sebastian Marquardt

Einfach mal die Utopie leben

Es regnet an diesem Tag in Paris. Von Weitem bereits ahnt man, wo die Boulangerie Utopie sich befindet. Eine lange Schlange verrät es. Geduldig stehen die Menschen im Nass und warten, bis sie den kleinen Laden betreten dürfen. Mit ihrer Bäckerei haben sich Sébastien Bruno und Erwan Blanche einen Traum erfüllt – gute Bäckerei und Konditorei unter einem Dach. Die Schlange vermittelt den Eindruck, dass die Leute genau darauf gewartet haben.



10 bis 12 „Danish Pastry“-Artikel bietet die Boulangerie täglich an



Sébastien und Erwan gehörten zu den ersten, die Backwaren in Frankreich mit Aktivkohle färbten. Schwarzes Gebäck zieht bis heute Blicke auf sich

Sébastien Bruno hatte einen Job, um den viele andere ihn beneidet hätten. In London war er Chef-Pâtissier für die Maison Ladurée. Die Nobel-Konditorei aus Paris ist vor allem für ihre fantastischen Macarons bekannt. Sieben Jahre verantwortete Sébastien die feinen Kreationen. Dann hatte er 2014 die Nase voll.

Derweil war Erwan Blanche als Weltenbummler unterwegs, machte Station in Australien, der Karibik, arbeitete in Asien und sammelte jede Menge Erfahrung. Aber auch für ihn war 2014 das Jahr, in dem sich Dinge ändern sollten.

Schulfreunde auf Reisen

Erwan und Sébastien kannten sich seit ihrer Ausbildung. In Frankreich lernten sie in derselben Fachschule das Konditorenhandwerk. Egal, wo in der Welt sie sich gerade aufhielten – der Kontakt brach nie ab. Und so reifte über große Distanzen die Idee, vielleicht etwas gemeinsam zu machen. Erstmal reisten sie zusammen. Und entwickelten dabei ihr Konzept.

Sie hatten Wurzeln sowohl in der Bäckerei als auch in der Konditorei. Also sollte es ein Laden sein, in dem es beides gibt. Das ist heute nicht mehr allzu ungewöhnlich, aber 2014 ließ sich so eine Boulangerie in Paris nicht finden. Man fokussierte entweder auf das eine oder das andere.

Das Lachen der anderen

Die Suche begann. Das passende Laden-geschäft wollte gefunden werden. Und eine Mühle ebenso. Traditionell gibt es in Frankreich eine enge Verbindung zwischen

Mühle und Bäckerei. Nicht selten geben die Mehlhäuser finanzielle Starthilfe. Im Gegenzug verpflichten sich die Boulangerien zur langfristigen Abnahme bei der Mühle.

Doch für Erwan und Sébastien war es gar nicht so leicht, jemanden zu finden. „Die Mühlen fanden unsere Idee ein bisschen lustig“, erinnert sich Sébastien lachend. Denn nicht nur, dass sie gute Konditorei und exzellente Bäckerei miteinander verbinden wollten, sie wollten auch gleich noch auf Backmischungen und Zusatzstoffe verzichten. Auf Basis von Sauerteig mit reinen Rohstoffen arbeiten. Mühlen aber, so erklärt Sébastien, „verdienen ihr Geld mit Backmischungen und Tiefkühl-Croissants“. Die beiden wirkten also nicht wie Leute, mit denen sich perspektivisch viel Geld machen ließe.

Der Kneter war schon zur Eröffnung nicht mehr der jüngste





Auch Burger-Buns in Schwarz müssen sein



Bei der Baguette-Produktion sind maschinelle Teil- und Form-Hilfe willkommen

Für Leute aus der Branche, denen sie ihre Idee schilderten, klang das nach purer Utopie. Ein Umstand, der später bei der Namensfindung für ihr Unternehmen helfen sollte. Für die hatten sie viel Zeit. Denn die Suche nach einem geeigneten Standort zog sich fast über zwei Jahre.

Mitten im Leben

Den fanden sie schlussendlich im 11. Arrondissement, nicht weit entfernt vom Place de la République. Etwa 150.000 Einwohner zählt der Elfta, knapp sieben Prozent der Pariser Bevölkerung. Der Bezirk gilt als Linken-Hochburg. Sozialisten und Grüne führen regelmäßig in den Wahlen hier. Rund um den Platz der Republik finden sich zahlreiche Hotels. Es gibt schlechtere Gegenden für gute Backwaren. Zwei bis drei Monate, erinnert sich Sébastien, seien zwischen Vertragsabschluss und Schlüsselübergabe nochmal vergangen. „Die Bürokratie“, sagt er und seufzt. In der Zeit legten sie sich auf den Namen ihrer Bäckerei fest. Die Reaktionen der Fachleute in den zurückliegenden zwei Jahren waren hinreichend inspirierend.



12 bis 15 Sandwich-Sorten liegen jeden Tag in der Auslage



In der Rue Jean-Pierre Timbaud 20 eröffneten Erwan und Sébastien 2015 ihre Boulangerie Utopie. Sie starteten mit einer Verkäuferin, einem Auszubildenden, einem überschaubaren Sortiment und ausufernder Arbeitszeit. „18 bis 20 Stunden waren wir jeden Tag in der Bäckerei, an sieben Tagen pro Woche“, erinnert sich Sébastien. Da wurde Teig bereitet, gebacken, zeitgleich im Verkauf geholfen und abends ging es im Keller an die anspruchsvollen Croissant-Teige.

Eine der größten Herausforderungen: Brot. „Das war“, sagt er, „nur ein kleines Thema in der Ausbildung.“ Und neben so filigranen Patisserie-Produkten wirkt ein Laib auch eher grob und einfach. Nun aber merkten die



Der Platz ist stark begrenzt, 20 Mitarbeiter arbeiten auf etwa 140 Quadratmetern

beiden, dass es doch nicht so simpel ist, aus Wasser, Mehl und Salz Tag um Tag gutes Brot herzustellen. Der Schritt vom einzelnen Laib im heimischen Backofen bis zur Produktion im größeren Maßstab war riesig. Größer als erwartet. „Allein die Organisation der Kneter- und Ofenbelegung war eine Herausforderung“, gibt Sébastien zu, „aber auch das Verständnis für den Teig, der sich als reines Naturprodukt ohne Backhefe wetterabhängig verhält.“

„Wir brauchten acht Monate, um Brot zu lernen und zu verstehen“, sagt Sébastien. Und was passierte da, im achten Monat? – „Wir haben einen erfahrenen Bäcker eingestellt.“ Xavier verantwortet seither die Brotproduktion, hat die Rezepte weiterentwickelt.

Ständige Entwicklung

Die meisten Rezepte hatten Sébastien und Erwan in den zwei Jahren erdacht, in denen sie den passenden Laden suchten. Diese zu

Bis zu 800 Baguettes kommen jeden Tag aus dem Ofen, gebacken wird den ganzen Tag über





17 Konditorei-Artikel zählen zum täglichen Sortiment



So begrenzt der Platz auch ist: kühl und lang geführte Vorteige müssen sein

perfektionieren, war der erste Schritt. Aber längst nicht genug. Während Erwan sich um die administrativen Belange des Geschäfts kümmert, rockt Sébastien die Backstube. Und das vor allem mit der unermüdlichen Entwicklung neuer Rezepte.

Im Wochentakt kreieren der 38-jährige und sein Team neue Brote, Konditorei-Produkte und „Danish Pastry“. Unter der Bezeichnung wird in der englischsprachigen Backwelt Gebäck aus tourierten beziehungsweise laminierten Teigen zusammengefasst. Fast jeden Tag probiert das Team ein neues Produkt aus. Manchmal ist es schwierig, das in der eng getakteten Produktion noch irgendwie zwischen- und in den Ofen zu schieben.

Zehn Brot- und fünf bis sechs Baguette-Sorten sowie 17 Konditorei-Artikel und 10 bis 12 „Danish Pastry“-Produkte zählen von Dienstag bis Freitag zum täglichen Sortiment. Die Pandemie hat das Sortiment etwas verändert. Es gibt jetzt kleinere Brote mit Backhefe-Unterstützung und Teigeinlagen von 350 bis 400 Gramm. Und nur noch einen großen Laib, der in Scheiben verkauft wird. Früher waren es drei. Aber es sind nach wie vor bis zu 800 Baguettes, die täglich unentwegt gebacken werden.

Montags ist Ruhetag. Am Sonnabend und Sonntag kommt mindestens ein besonderer Artikel dazu, den es nur dann gibt und der zuvor auf Instagram beworben wird. Zwischen drei Tagen und zwei Wochen vergehen zwischen Idee und Verkauf der neuen Spezialität.

Da kommen dann auch Menschen aus dem Pariser Umland oder selbst aus anderen Ländern, um in der Boulangerie Utopie einzukaufen. Der Ruhm basiert allerdings nicht nur auf Instagram-Promotion. Bis heute ist überall zu lesen, dass die Bäcker bereits ein Jahr nach Gründung ihres Betriebes zu den Besten in Frankreich gewählt wurden.

Der Marketing-Booster

Das klingt nach höchsten Ehren. Am Ende aber war es doch nur eine Fernseh-Show im französischen Pay-TV mit sehr überschaubarem Fokus. Das Format ähnelt der deutschen ZDF-Sendung „Deutschlands bester Bäcker“. Eine Jury war beeindruckt von Sébastiens Arbeit und entschied nach vier Finalrunden, der Boulangerie Utopie den Titel zu verleihen.

Erwan war damals gegen die Teilnahme. „Wir sind in Wahrheit nicht so wettbewerbsorientiert“, erklärt Sébastien, „uns ging es eigentlich nur darum, gute Backwaren zu erschwinglichen Preisen zu produzieren.“ Doch er sah das Marketing-Potenzial der Sendung und setzte sich durch.

Das sollte sich auszahlen. „Plötzlich kamen Leute aus ganz Frankreich und den Kolonien“, sagt Sébastien trocken. Fernsehen und Radio meldeten sich. Selbst in den abendlichen Hauptnachrichten hatten die beiden inzwischen mehrere Auftritte.



Kleine Brote mit einer Teigeinlage von 350 bis 400 Gramm gibt es erst seit Beginn der Pandemie

Sie boten den Medien auch etwas. In Frankreich zählten sie zu den ersten, die Backwaren mit Aktivkohle schwarz färbten oder auch schwarzen Sesam verwendeten. Das konsequente Einsetzen von Sauerteig – selbst in den Croissants – wird in Berichten auch immer wieder gern aufgegriffen. Drei Sauerteige pflegt das Team: Einen Roggen-Levain mit einer Teigausbeute von 170, einen festen Weizensauerteig (TA 150) und einen flüssigen (TA 200).

Nicht zuletzt ist natürlich das Arbeiten mit sauberen Rohstoffen immer wieder Thema. So ganz passt der Sack Mehl im Handlager nicht dazu, auf dem groß technische Enzyme deklariert sind. Klarer übrigens als auf jedem deutschen Mehlsack. Aber ein bisschen Laborhilfe braucht es halt auch in der Boulangerie Utopie, wenngleich hier – im Gegensatz zu vielen anderen Betrieben der französischen Backbranche – sicher deutlich um- und vorsichtiger mit solchen Zusätzen umgegangen wird.

Wachstum

Dem Erfolg schadet es nicht. Täglich kommen zwischen 500 und 800 Kundinnen und

Kunden in den kleinen Eckläden. Die meisten wohnen oder arbeiten im Quartier um die Bäckerei herum. Hotels rund um den Place de la République empfehlen ihren Gästen den Laden gern. Aber seit Covid grassiert, ist das kein großer Faktor mehr.

Drinnen arbeiten inzwischen bis zu 20 Leute auf gerade mal 140 verwinkelten Quadratmetern, um den Bedarf zu decken. 3 Uhr nachts geht die Arbeit in der Woche los, um 2 Uhr am Wochenende. Gegen 20 Uhr verlässt der letzte Bäcker die Backstube. Drei Leute backen, sieben kümmern sich um die Konditorei, eine Angestellte organisiert die täglich 12 bis 15 Sandwich-Sorten, fünf Leute stehen im Verkauf, je zwei Studierende gehen in Backstube und Konditorei zur Hand.

Bei dem Wachstum war es irgendwann nötig, die Verantwortung auf mehr Schultern zu verteilen. So kam Willy als Partner ins Team, der sich seit drei Jahren um alle Personalangelegenheiten kümmert. Das gibt den beiden Gründern zudem mehr Zeit fürs Reisen und Finden neuer Inspirationen. Und für ihre



Das pure Roggen-Sauerteigbrot liegt den Bäckern am Herzen, beim Baguette-verwöhnten französischen Gaumen hat es einen schweren Stand

Mit der Boulangerie Utopie ging für Sébastien Bruno ein Traum in Erfüllung

Familien. Auch hier sind sie im Gleichschritt vorangegangen. Beide haben je zwei Kinder – vier und sechs Jahre alt. Bei Sébastien sind es zwei Mädchen, Erwan hat zwei Jungen.

Dennoch hat die Zeit gereicht, nebenbei noch ein Buch auf den Weg zu bringen. „Der Verlag hat uns gefragt. Sébastien war – einmal mehr – Feuer und Flamme ob des Marketing-Potenzials. 80 Rezepte sind in dem Werk versammelt. „Es war echt viel Arbeit, alles

auf kleine Mengen und den Haushalt umzurechnen“, so Sébastien. Dabei ist Freizeit nichts, was die Gründer im Überfluss haben.

Der nächste Schritt

Dennoch denken sie seit zwei Jahren an Expansion, wollen die Gewinne reinvestieren und sind seither wieder auf der Suche nach einem passenden Laden. Nicht so einfach. Sie wollen ihn in der Nähe der bestehenden Bäckerei eröffnen. Gebacken werden soll hier wie da, „aber vielleicht teilen wir die Konditorei auf“, sagt Sébastien. Wichtigstes Ziel sei es vor allem, die vielen Fehler der ersten Eröffnung nicht zu wiederholen. Genau das macht das finden im Altbaubestand der Umgebung so schwer.

Die Räume sollen zu den Arbeitsabläufen passen, die Wege erleichtern, ausreichend Platz bieten. Eine nicht zu unterschätzende Herausforderungen. Vielleicht spielt in die lange Suche auch die Angst hinein, der zweite Laden könne weniger gut laufen als der erste. Die ist bei beiden durchaus vorhanden. Auch wenn es schwer fällt, das zu glauben, wenn man die lange Schlange vor der Boulangerie sieht, in der die Menschen im Pariser Regen geduldig warten, bis sie den kleinen Laden betreten dürfen. ■





Jetzt bestellen!

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

Sauerteig

► 190 g Wasser (lauwarm)

► 190 g Roggenmehl 1150

► 20 g Anstellgut

Die Zutaten gründlich vermischen und 12-16 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur zur Gare stellen.



Brühstück

► 140 g Wasser (kochend)

► 140 g Roggenschot (grob)

Das Wasser über das Schrot gießen, vermischen, abdecken, abkühlen und 12-16 Stunden im Kühlschrank quellen lassen.



Hauptteig

► Sauerteig

► Brühstück

► 220 g Wasser (warm)

► 240 g Dinkelmehl Vollkorn

► 160 g Roggenmehl Vollkorn

► 12 g Salz



Rezept & Bild: Tanja Schlund

@schlundisworld

/Schlundis.Blog

schlundis.com

Das Meckelbörger Brood besticht durch seinen hohen Vollkorn- und Schrotanteil, und dennoch ist es überhaupt nicht schwer oder trocken. Bei feiner Krume sorgen ein hoher Sauerteiganteil und das Brühstück für große Saftigkeit und lange Frischhaltung. Ein tolles Allround-Brot, das zu herhaftem und ebenso zu süßem Aufstrich einlädt.

Schwierigkeitsgrad:	
Getreide:	Roggen, Dinkel
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	bindig
Zeit gesamt:	15-19 Stunden
Zeit am Backtag:	4 Stunden
Backzeit:	60 Minuten
Starttemperatur:	240°C
Backtemperatur:	200°C
	nach 15 Minuten
Schwaden:	beim Einschießen

Alle Zutaten 2 Minuten auf langsamer Stufe vermischen, dann auf schnellerer Stufe 8-10 Minuten lang kneten.

Den Teig bei Raumtemperatur 45 Minuten abgedeckt ruhen lassen.

Den Teig rundwirken und mit dem Schluss nach unten in ein bemehltes Gärkörbchen legen. Etwa 75 Minuten bei Raumtemperatur zur Gare stellen.

Den Backofen rechtzeitig auf 240°C Ober-/Unterhitze aufheizen.

Den Teigling sanft aus dem Gärkorb stürzen, in den Backofen geben und mit Schwaden backen. Nach 15 Minuten Schwaden ablassen, die Temperatur auf 200°C reduzieren und weitere 45 Minuten fertig backen. ■

Knäckebrot-Chips

Die herzhaften Knäckebrot-Chips sind der optimale Snack an Filmabenden, zum Frühstück oder zwischendurch. Die Mischung aus Körnern, Saaten und Honig verleiht den Crackern eine nussige Note. Wer überschüssiges Anstellgut hat, kann es im Rezept verarbeiten, das gibt den Chips nochmal eine feine Säure.

● Alle Zutaten 3-4 Minuten auf langsamer Stufe vermischen und 90-120 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur zur Gare stellen.

● Den Teig mit nassen Händen auf ein Backpapier verteilen und festdrücken. Ein weiteres Blatt Backpapier darüber legen und mit einem Rollholz auf Backblechgröße eine 2-3 Millimeter dicke Schicht ausrollen.

● Den Backofen rechtzeitig auf 200°C Umluft vorheizen.

● Den Teig mit Wasser besprühen und den Topping-Zutaten bestreuen.

Tipp

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

● Das Knäckebrot in den Ofen geben und 8 Minuten backen.

● Das Knäckebrot in Rechtecke schneiden und diese diagonal halbieren, um Dreiecke zu erhalten. Die Knäckebrot-Chips weitere 18-20 Minuten fertigbacken. ■

Tipp

Beim Topping sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt. Je nach Vorräten oder Geschmack lässt sich eine eigene Mischung zusammenstellen.

Rezept & Bild: Tanja Schlund

 @schlundisworld

 /Schlundis.Blog

 schlundis.com

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad: 

Getreide:

Dinkel

Triebmittel:

Sauerteig, Hefe

Teigkonsistenz: bindig, klebrig

Zeit gesamt: 7-15 Stunden

Zeit am Backtag: 2,5-3 Stunden

Backzeit: 26-28 Minuten

Starttemperatur: 200°C

Backtemperatur: 200°C

Schwaden: nein



Tipp

Wer die Brötchen noch saftiger genießen möchte, kann die Cranberries vor der Verwendung in Fruchtsaft einlegen.



Rezept & Bild:
Stefanie Isabella
Wenzel

@lebkuchennest
 /lebkuchennest
 lebkuchennest.de

Teig-Zutaten

- 300 g Sauerrahm
- 500 g Weizenmehl 550
- 150 g Cranberries (getrocknet)
- 50 g Butter (weich)
- 50 g Ahornsirup
- 1 Ei (M)
- 10 g Salz
- 7 g Trockenhefe

Topping

- 20 g Milch

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:



Getreide:

Weizen

Triebmittel:

Hefe

Teigkonsistenz:

weich

Zeit gesamt:

10 Stunden

Zeit am Backtag:

1,5 Stunden

Backzeit:

15-20 Minuten

Starttemperatur:

180°C

Backtemperatur:

180°C

Schwaden:

nein

Cranberry-Frühstücksbrötchen

Klassische Sonntagsstuten sind voller saftiger Rosinen und herrlich buttrig im Geschmack. Jetzt soll die Brötchen-Variante für das perfekte Frühstücksglück sorgen. Noch leicht warm, ganz frisch aus dem Ofen, schmecken sie am besten zu süßen Konfitüren, Dips oder herhaftem Käse.

- Den Sauerrahm mit der Butter und dem Ahornsirup unter ständigem Rühren erhitzen bis die Butter geschmolzen ist. Danach abkühlen lassen.
- Alle Zutaten 10 Minuten auf langsamer Stufe vermischen und abgedeckt bei Raumtemperatur 8 Stunden zur Gare stellen.
- Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche dehnen und falten und in 8 gleich schwere Stücke à zirka 120 g teilen und diese jeweils randschleifen.
- Die Teiglinge mit dem Schluss nach unten auf einer Dauerbackfolie (alternativ Backpapier) absetzen und abgedeckt 30 Minuten zur Gare stellen.
- Den Backofen rechtzeitig auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Die Teiglinge mit Milch bestreichen, einschneiden, in den Ofen geben und 15-20 Minuten backen. ■

Alb-Laibl

Deftig und würzig im Geschmack, knackig die Kruste, luftig die Krume, ein weiches Mundgefühl – das alles kennzeichnet das Alb-Laibl. Die Leinsaat gibt ihm auch noch etwas Biss und eine aromatische Note. Es passt zu beinahe jeder erdenklichen Speise, ob Suppe, ob Braten, zu süßen Aufstrichen ebenso wie zu herzhaften.

● Alle Zutaten – außer Salz und Öl – 5 Minuten auf langsamer Stufe vermischen. Dann auf schnellerer Stufe 15 Minuten lang kneten. 2 Minuten vor Knet-Ende Salz und Öl hinzufügen.

● Den Teig 120 Minuten bei Raumtemperatur abgedeckt ruhen lassen. Danach für weitere 14 Stunden in den Kühlschrank geben.

● Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche rundwirken.

● Den Teigling mit Schluss nach unten in ein bemehltes Gärkörbchen geben und 3 Stunden bei Raumtemperatur zur Gare stellen.

● Den Backofen rechtzeitig auf 230°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad: ★★☆

Getreide: Weizen, Kamut, Roggen

Triebmittel: Hefe

Teigkonsistenz: bindig

Zeit gesamt: 45 Stunden

Zeit am Backtag: 4,5 Stunden

Backzeit: 60 Minuten

Starttemperatur: 230°C

Backtemperatur: 205°C
nach 35 Minuten

Schwaden: beim Einschießen

● Den Teigling sanft aus dem Gärkörbchen stürzen, in den Ofen geben und sofort schwaden. Nach 35 Minuten die Temperatur auf 205°C reduzieren und weitere 25 Minuten fertig backen. ■

Tipp

1 g Frischhefe entspricht etwa der Größe einer Kichererbse.

Vorteig (Poolish)

- ▶ 100 g Wasser (kalt)
- ▶ 100 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 1 g Frischhefe

Alle Zutaten gründlich vermengen und für 24 Stunden abgedeckt in den Kühlschrank stellen.

Brühstück

- ▶ 85 g Wasser (kochend)
- ▶ 50 g Leinsaat (geschrotet)

Leinsaat mit kochendem Wasser übergießen, abgedeckt abkühlen, dann 12-24 Stunden im Kühlschrank quellen lassen.

Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ Brühstück
- ▶ 250 g Wasser (kalt)
- ▶ 100 g Joghurt (natur)
- ▶ 150 g Weizenmehl 550
- ▶ 100 g Kamutmehl Vollkorn (alternativ Weizenmehl Vollkorn)
- ▶ 100 g Weizen-Ruchmehl (akternativ Weizenmehl Vollkorn)
- ▶ 50 g Roggenmehl 1150
- ▶ 2 g Frischhefe
- ▶ Spätere Zugabe
- ▶ 20 g Leinöl
- ▶ 12 g Salz



Tipp

Kamutmehl findet man im Handel auch unter dem Namen Khorasan.

Rezept & Bild:
Gerda Göttling

Inspiration

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



Sasa Noël, Heike Grein
Brothandwerk. Brotrezepte und Bäckergeschichten aus der Schweiz
224 Seiten
ISBN 978-3-03902-074-4
€ 34,-



at-verlag.ch

Einblicke ins Handwerk, auch in anderen Ländern, sind immer spannend. In ihrem Werk „Brothandwerk“ porträtieren die Autorinnen Sasa Noël und Heike Grein 16 Bäckerinnen und Bäcker aus der Schweiz. Und zeigen die verschiedenen Richtungen auf, aus denen die Porträtierten ihren Weg in die Backstube gefunden haben. Neben den Geschichten haben sie den Autorinnen die Rezepte ihrer für sie charakteristischen Brote verraten: Früchtebrot, Dinkel-Seelen, Safranbrot sind nur einige davon. Damit die Rezepte gelingen, enthält das Buch auch eine Backschule, in der Wissen zu Getreide, Ausrüstung und Teigverarbeitung vermittelt wird. Neben Mehl, Wasser und Salz sind weitere Zutaten essentiell für gutes Gelingen – Zuwendung und Zeit.

Im BROTForum, der Facebook-Gruppe zum Magazin, finden Back-Fans jede Menge Infos und Aktuelles zu ihrem Lieblingsthema. Hier tauschen sich Brotbäckerinnen und Brotbäcker zu Rezepten aus den letzten Ausgaben aus und präsentieren ihre eigenen Kreationen. Und natürlich erfahren die Mitglieder der Gruppe stets, was gerade in der BROTWelt passiert.



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



 @poporovs_bakery



Melon Pan, ein japanisches Gebäck, aber auch selbstgebackene Brezeln oder kunstvoll verzierte Fougasses sind auf dem Instagram-Account von Api unter „poporovs_bakery“ zu finden. Besonders niedlich anzusehen: ihre Brote und Muffins mit Gesichtern, Burger-Buns, die aussehen wie die TV-Charaktere

Rick und Morty sowie Curry-Bagels in Winnie Pooh-Form. Neben den Erfolgen teilt Api auch missglückte Bäckergebnisse wie Croissants, die zwar optisch toll geworden, durch Hefe und Backpulver aber geschmacklich nicht gut gelungen sind. Vorbeischauen lohnt sich trotzdem.





Eine Gruppe von Freunden teilt ihren Sauerteig-Starter untereinander auf. Und backt regelmäßig damit. Die Ergebnisse lassen sich seit April 2020 auf dem Instagram-Account „the_yeastie_boyz“ (zu Deutsch: „Die Hefe-Jungs“) verfolgen. Von Bagels bis hin zu Pizza ist alles dabei, was das Herz von Sauerteig-Fans höher schlagen lässt. Toll anzusehen sind auch die schmuckvoll verzierten Brote. Wie sie gelingen, zeigt ein Scoring-Tutorial auf dem Kanal. Ausprobieren unbedingt empfohlen.



Interessierte können im Bayerischen Bäckereimuseum im Kulmbacher Mönchshof bald neue Exponate bewundern. Im November 2021 hat das Museum die umfangreiche „Sammlung Friedrich Fuchs“ aus Wassertrüdingen erhalten. Friedrich Fuchs war Sammler, Bäcker- und Konditormeister. Das Team um Museumsleiter Bernhard Sauermann und Kuratorin Thea Hirschkorn hat nun die Aufgabe, die bislang in einem Wohnhaus untergebrachte Sammlung zu sichten und zu katalogisieren. Historische Mehlsäcke, diverse Kuchen- und Plätzchenformen sollen zeitnah in den Räumlichkeiten des Museums ausgestellt werden. Gesellen- und Meisterbriefe des Bäckermeisters werden ebenfalls einen Platz dort finden.



Für alle Backbegeisterten, denen das BROT Sonderheft „Backen International“ gefallen hat, gibt es neue Inspiration in Buchform. In seinem Werk „Back dich um die Welt“ versammelt

Autor und Patissier Christian Hümbs Kuchenrezepte und süße Backideen aus allen Kontinenten. Dazu gehören österreichische Mohnstriezel, saftige Brownies oder eine russische Milchmädchen-torte. Die Rezepte sind nach Reiserouten sortiert. Möglichst einfach und verständlich gestaltete Anleitungen sorgen für gelungene Bäckergebnisse. Hintergrundwissen zu den Rezepten und Kombinationsmöglichkeiten einzelner Zutaten machen das Backen zu einem kreativen Vergnügen und bereiten auf die eigene Backreise vor.



dorlingkindersley.de

Christian Hümbs
Back dich um die Welt.
90 süße Rezepte gegen Fernweh
 224 Seiten
 ISBN 978-3-8310-4348-4
 € 24,95

kulmbacher-moenschof.de

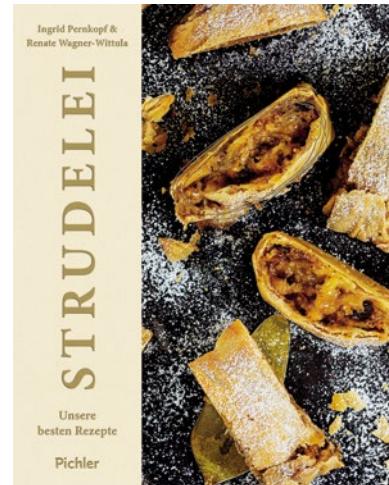


Seit Ende 2021 setzt die Spielberger Mühle auf ein ökologisches Mehrweg-System statt wie bisher auf Einweg-Umkartons. Bereits 30 Artikel aus dem Sortiment an Groß- und Familienpackungen werden in Mehrwegkisten angeboten. Durch die Umstellung dieser ersten Produkte soll das Unternehmen nach eigenen Angaben bereits über fünf Tonnen Kartonmüll im Jahr einsparen können, was 550 Bäume vor dem Abholzen bewahre. Auf Stretch-Folie zum Schutz der Ware auf den

Versandpaletten kann die Spielberger Mühle deshalb verzichten und so Plastikmüll vermeiden. Unter dem Hashtag #esgehtumalles berichtet die Spielberger Mühle auf den Sozialen Medien von ihrem Engagement für Umweltschutz und Nachhaltigkeit.

spielberger.de

Gefüllt mit Äpfeln und Rosinen, serviert mit Vanillesoße oder Eis – das ist der Klassiker unter den Strudeln. Daneben gibt es zahlreiche Varianten wie Spinatstrudel mit Schafskäse oder Fleischstrudel in einer kräftigen Rindersuppe. Mehr als 150 Rezepte der vielseitigen Teigrolle haben Ingrid Pernkopf und Renate Wagner-Wittula in ihrem Buch „Strudelei“ gesammelt. Von himmlisch süß über herhaft bis hin zu pikant sind viele Geschmacksrichtungen vertreten. Neben Rezepten aus aller Welt geben die Autorinnen Tipps und Tricks für das Füllen und Rollen und machen damit nicht nur Strudel-Fans Lust auf die leckere Mehlspeise.



Ingrid Pernkopf,
Renate Wagner-Wittula
Strudelei
224 Seiten
ISBN 978-3-222-14052-5
€ 28,-

styriabooks.at



Nudeln sind in allen Formen, Farben und Geschmacksrichtungen beliebt. Sie selbst herzustellen, trauen sich die meisten Menschen allerdings (noch) nicht zu. Einer, der diese Hemmung schon vor langer Zeit abgelegt hat, ist Christopher Leddin. Auf seinem Instagram-Kanal und seiner Facebook-Seite „Chris' Pastawerkstatt“ stellt er eindrucksvoll vor, wie vielfältig die Teigwaren sein können. Kurz, lang, dick, dünn, gefüllt, verfeinert – er zeigt, was alles möglich ist und entführt in eine Pasta-Welt, von der viele wohl nur zu träumen wagen.

Siegfried Brenneis
So einfach geht Sauerteig,
Step by Step zu eigenem Brot,
Brötchen und süßem Gebäck
160 Seiten
ISBN 978-3-8338-8028-5
€ 19,99



Mehl, Wasser und Zeit. Mehr Zutaten braucht es nicht, um einen Sauerteig anzusetzen. Wie daraus Brote, Brötchen und süße Gebäcke werden, erklärt Siegfried Brenneis, Bäcker- und Konditormeister sowie Ernährungsberater im Bäckerhandwerk, in seinem neuen Buch „So einfach geht Sauerteig“. Auf 160 Seiten und mit 120 Fotos, Infografiken und Zeitplänen gibt der Profi Tipps und Tricks für das Backen mit Sauerteig. Anhand von Step-by-Step-Anleitungen entstehen Roggen-, Weizen- oder Dinkelsauerteige, die dann zu herhaftem oder süßem Gebäck werden. Die Rezepte sind so einfach gehalten, dass sie auch allen, die gerade erst mit dem Backen begonnen haben, gelingen und Freude bereiten.

All-in-One

Schnelles Brotbacken

Einfach und mit wenig Aufwand, aber trotzdem bekömmlich backen im Alltag, das wünschen sich viele Backfans. Vielen Menschen aber fehlt im Arbeitsalltag gefühlt die Zeit für lange Teigführungen und das Backen. In ihrem Werk „All in One Brote“ zeigt Valesa Schell zahlreiche Möglichkeiten, Brote unkompliziert und ohne Zeitstress herzustellen und die Herstellung in den eigenen Alltag zu integrieren.

BROT: Was bedeutet All-in-One?

Valesa Schell: Ich wollte Rezepte entwickeln, die ohne großen Zeitaufwand auskommen und sich gut in den individuellen Alltag integrieren lassen. Bereits im ersten Schritt werden bei All-in-One-Broten alle Zutaten miteinander vermischt, es ist nicht nötig, irgendeine Art von Vorteig anzusetzen. Das entspricht der direkten Teigführung beim Brotbacken.

Was ist die Idee hinter dem Buch?

Ich hörte immer wieder Beschwerden über die Komplexität einiger Rezepte. Viele Menschen haben im Alltag einfach keine Zeit, umfangreiche Vorbereitungen fürs Backen zu treffen. Vor allem lange Gehzeiten so-

INFO

Neben Informationen zum All-in-One-Konzept enthält, das Buch „All in One Brote“ Grundlagen des Backens sowie 60 Rezepte. Das Werk umfasst 168 Seiten mit Hefe-, Sauerteig-, Voll- und Urkorn-, Pizza- und Auffrischbrotrezepten sowie süßen Gebäcken. 98 Farbfotos sollen Lust darauf machen, die Rezepte nachzubacken.

Valesa Schell, **All in One Brote**, 168 Seiten

ISBN 978-3-8186-1304-4

€ 12,99

wie das Ansetzen von Vorteigen sind vielen Hobbybäckern zu aufwändig. Gerade im Alltag muss es schnell und einfach funktionieren. Das geht nur, wenn auf Koch-, Brüh-, Quellstücke und andere Vorteige komplett verzichtet wird. Das, kombiniert mit flexiblen Gehzeiten, sollte jedem ermöglichen, bequem leckere Brote zu backen. Hierfür gibt es im Buch Tabellen, die helfen, Back- und Gehzeiten flexibel nach den eigenen Bedürfnissen festzulegen.

Woher kommen die Inspirationen für die Rezepte?

Ich liebe den Austausch mit anderen Menschen in Facebook-Gruppen, auf meinem Blog oder persönlich. Alles, was ich in sozialen Netzwerken, Büchern oder bei Bekannten und Freunden sehe, inspiriert mich. Einen großen Einfluss auf meine Rezeptideen haben auch Reste und alles, was in der Vorratskammer liegt. Ich schaue dann, was beim Mischen verschiedener Zutaten herauskommt undachte darauf, das alle Rezepte individuell sind. Keines soll es doppelt geben und vor allem habe ich keine Lust, Rezepte nachzubacken oder nachzukochen, die es schon haufenweise im Internet gibt. Das macht für mich keinen Sinn.

Gab es Herausforderungen beim Verfassen des Buches?

Allerdings. Ich sage nur: Namen. Sie bereiten mir immer wieder Kopfzerbrechen. Mittlerweile habe ich um die 900 Brot- und Brötchenrezepte kreiert, da ist es nicht einfach, kreativ zu bleiben. Bei so vielen Rezepten und Namen ist nämlich schnell mal ein Rezeptname doppelt vergeben.



„Nachschicht. Der Back- & Genuss-Brotcast“ heißt der Podcast von Ingmar Krimmer und David Haas. Einmal pro Woche treffen sich Bäckereichef Krimmer sowie sein Ex-Ausbildungskollege und Fotograf Haas und geben spannende Einblicke in die Welt des Backens. Mal sind einzelne Brot- oder Gebäcksorten Thema, ein anderes Mal geben die beiden Tipps und Tricks für die heimische Bäckerei. In ihrer Rubrik „Auf dem Ofenbänkle“ begrüßen sie regelmäßig Gäste wie Bernd Küttscher, Direktor der Bundesfachschule des Deutschen Bäckerhandwerks, oder Ernährungsberaterin Heike Max, die mit

Mythen rund um Ernährung, Weizen und Low Carb aufräumt. Allen Folgen gemeinsam ist die Leidenschaft der Podcaster und ihrer Gäste für Backen, Genuss und gute Gespräche.

ulmer.de



Grundkurs Brotbacken – Teil 9

Gegen Krustenfrust

Nach dem Backen kommt es oft zu Krustenfrust. Denn präsentiert sich das Äußere des Brotes zunächst fest und kross, neigt so mancher Laib schnell zum Weichwerden. Dann nimmt die Kruste eine beinahe Gummi-ähnliche Konsistenz an und das Brot wirkt gar nicht mehr so frisch und knackig wie es sollte. In den letzten Backminuten lassen sich hier Vorkehrungen treffen. Und dann spielt die Lagerung eine Rolle.



Für beides gibt es Liebhaberinnen und Liebhaber: Manche Menschen mögen weiche Krusten, andere beißen lieber auf ein knackig-splitternde Außenhaut bei Brot. Gut, dass man beim Backen fast alles gezielt steuern kann. Entscheidend sind hier die streichen Minuten vor und nach dem Back-Ende.

Wer die krosse Außenhaut bevorzugt, erhöht für die letzten fünf Backminuten die Tempe-



Nach Back-Ende verbleibt das Brot etwa 10 Minuten in der Restwärme. Die Kruste wird krosser

ratur noch einmal um etwa 20 bis 30°C. Das stärkt die Dicke wie auch die Bräunung der Kruste sowie ihre Karamellisierung. Nach Back-Ende wird dann die Ofentür geöffnet, das Brot aber erst nach weiteren 10 Minuten entnommen. In dieser Zeit trocknet die Restwärme des Ofens den Laib von außen und stärkt die Knackigkeit.

Liebt man weiche Krusten, bleibt die Temperatur am besten bis zum Backende niedrig. Danach kommt das Brot sofort aus dem Ofen und wird direkt für etwa 10 Minuten eng in ein Handtuch gewickelt. Durch den Temperaturunterschied bildet sich Kondens-Feuchtigkeit auf der Oberfläche des Laibes. Da sich dieser im Handtuch befindet, zieht sie zurück in die Kruste und erweicht sie.

Lagerung

Für eine lang anhaltende Rösche der Kruste ist dann die Lagerung entscheidend. Und

Bei Brotkästen kommt es stark auf die Konstruktion an, Luft muss zirkulieren können





Wo sich Feuchtigkeit bildet,
fühlt Schimmel sich wohl

die beginnt bereits direkt nach dem Backen. Aufgrund der Hitze des Laibes bildet sich Kondenswasser – sichtbar durch den aufsteigenden Dampf. Der sorgt in geschlossenen Behältern für hohe Luftfeuchtigkeit. Sie weicht die Kruste auf und zieht Schimmel an. Gebäck sollte also – idealerweise auf einem Gitter – hinreichend auskühlen bevor es gelagert oder angeschnitten wird. Beim noch warmen Anschnitt entweicht sehr schnell viel Feuchtigkeit aus dem Inneren, die Alterung setzt schnell ein.

Während des Backens verkleistert die Stärke des Mehls mit Wasser. So entsteht die luftige Krume des Brotes. Mit dem Abkühlen nach dem Backen setzt bereits die Umkehr dieses



Der Kühlschrank ist einer
der schlechtesten Orte für
die Brotaufbewahrung



Plastiktüten sind eine Einladung
für Schimmelkulturen

Prozesses ein. Retrogradation heißt der Vorgang, bei dem sich die Stärke-Wasser-Verbindung langsam wieder löst und Wasser freigesetzt wird. Dieses Wasser zieht in die Kruste und verdunstet dort. Je älter das Brot wird, desto mehr Wasser verdunstet, desto altbackener wird das Brot. Wer bereits bei der Teigbereitung viel Wasser bindet, verlangsamt damit entsprechend auch die Alterung nach dem Backen.

Durch die Verdunstung des Wassers im Brot entsteht in geschlossenen Behältern sehr schnell ein feuchtes Klima. So wie es Schimmelkulturen lieben. Komplett verriegelte Brotkästen bieten also perfektes Klima für Schimmelbildung und sind für ihren einzigen Einsatzzweck eigentlich nicht wirklich gut geeignet – die Brotlagerung.

Gute Behälter aus Ton, Keramik, Holz oder Edelstahl sind oft so konstruiert, dass die Luft zirkulieren, Feuchtigkeit entweichen kann. Gleichwohl ist das Klima innen eher feucht, was die Kruste des Brotes recht schnell weich werden lässt. Holz neigt manchmal zu starkem Eigengeruch, der dann auch auf das Gebäck übergeht. Plastik ist als Material keinesfalls ratsam. Weder für den Brotkasten noch für eine Tüte, in der Brot gelagert wird. Plastik in jeder Darreichungsform



ist eine Einladung an Schimmelkulturen, weil es mit dem Gebäck auch Feuchtigkeit fest einschließt. Außer beim Einfrieren. Dann sollte Brot damit luftdicht eingeschlossen werden und kann auf diese Weise für mehrere Monate haltbar gemacht werden.

Kälte als Frische-Killer

Ebenso wenig wie Plastik kann man – mit Ausnahme des Einfrierens – Kälte empfehlen. Sie erschwert zwar tatsächlich Schimmelbildung, aber je niedriger die Temperatur, desto schneller verläuft die Retrogradation, also die Alterung des Brotes. Wer Kälte wählt, um Brot länger frisch zu halten, erzielt genau den gegenteiligen Effekt und beschleunigt den Qualitätsverlust.

Raumtemperatur ist also ideal. Und wenn das Brot schon verpackt werden soll, dann ist Leinen der Stoff der Wahl. Er schafft perfektes Klima für Gebäcke, ermöglicht die Zirkulation der Luft und hält seinen Inhalt lange frisch.

Aber eigentlich braucht es das nicht. Im Grunde genügt es, das Brot mit der Schnittkante auf ein Brett zu stellen. Auf diese Weise wird das schnelle Entweichen der Feuchtigkeit durch die offene Stelle verhindert und um die Kruste herum zirkuliert die Luft. Wer

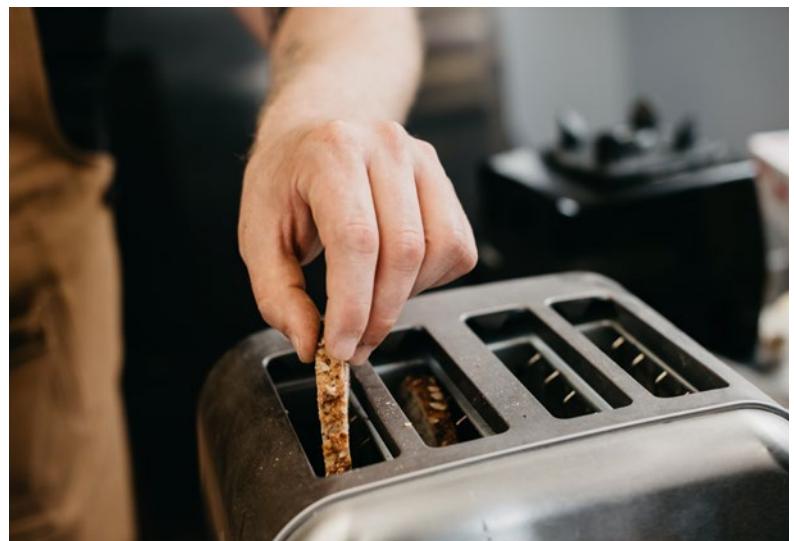
das Brot dennoch schützen will, kann ein Hand- oder Leinentuch locker darüber legen.

Wieder auffrischen

Wenn man älteres Brot aufbackt oder toastet, hat man oft das Gefühl, es sei nicht nur warm, sondern auch wieder deutlich frischer. Das ist durchaus keine Einbildung. Denn Hitze kann den Effekt der Retrogradation in Teilen wieder umkehren. Die Struktur der Stärkemoleküle erholt sich, Wasser wird gebunden, das Gebäck erhält tatsächlich neue Frische. So lässt sich auch älteres, aufgeweichtes Brot wieder flott machen. ■

Für 10 Minuten eng in ein Tuch gewickelt, wird die Kruste weicher

In der Hitze des Toasters lässt sich altbackenes Brot wieder auffrischen



Vorteig (Poolish)

- ▶ 150 g Wasser (kalt)
- ▶ 150 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 2 g Hefe

Alle Zutaten gründlich miteinander vermischen und abgedeckt für 14-18 Stunden in den Kühlschrank geben.



Quellstück

- ▶ 85 g Wasser (warm)
- ▶ 50 g Haferflocken
- ▶ 30 g Leinsaat

Haferflocken und Leinsaat mit dem Wasser übergießen und 14-18 Stunden abgedeckt im Kühlschrank quellen lassen.



Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ Quellstück
- ▶ 240 g Wasser (warm)
- ▶ 290 g Hafermehl
- ▶ 150 g Dinkelmehl Vollkorn
- ▶ 30 g Zitronensaft
- ▶ 20 g Speiseöl
- ▶ 13 g Salz
- ▶ 5 g Fenchel
- ▶ 5 g Koriander

Topping

- ▶ 40 g Wasser (warm)
- ▶ 20 g Haferflocken (grob)



Rezept & Bilder: Karl Oppenkamp

Schwierigkeitsgrad:	★★★
Getreide:	Hafer, Weizen, Dinkel
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	weich
Zeit gesamt:	19-23 Stunden
Zeit am Backtag:	5,5 Stunden
Backzeit:	50 Minuten
Starttemperatur:	230°C
Backtemperatur:	200°C sofort
Schwaden:	nein

Hafnerliebe

Hafer entwickelte sich in den letzten Jahren zu einer der beliebtesten Getreidesorten. Er ist bekömmlich, vitaminreich und hat einen hohen Proteinanteil. Backt man mit Hafermehl, entstehen milde Gebäcke mit leicht nussigem Aroma, die zu vielen Speisen passen. Gepaart mit anderen Mehlsorten, Kräutern oder Gewürzen intensiviert sich der eher schwache Geschmack und es entsteht ein leckeres Brot für jeden Tag.

- Alle Zutaten 10 Minuten auf langsamer Stufe vermischen, dann 5 Minuten auf schnellerer Stufe kneten.
- Den Teig abgedeckt 3 Stunden bei Raumtemperatur ruhen lassen, nach 30, 60, 90 und 120 Minuten jeweils dehnen und falten.
- Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche rundwirken, mit Wasser benetzen und in den Haferflocken wälzen. Den Teigling 60 Minuten bei Raumtemperatur im gut bemehlten Gärkorb mit Schluss nach unten zur Gare stellen.
- Den Backofen mit einem gusseisernen Topf rechtzeitig auf 230°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Den Teig aus dem Gärkorb in den gusseisernen Topf stürzen, den Deckel schließen, in den Ofen geben, die Temperatur sofort auf 200°C reduzieren und 50 Minuten backen. ■

Verzeichnis für **Mühlen** und **Bäckereien**

Bitte melden

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

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

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

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

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

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

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

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

LINK

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





Kurse übers Brotbacken

Text: Edda Klepp

Den Richtigen finden

Die Menge an Fortbildungsangeboten zum Thema Brotbacken ist riesig. Umso mehr, da sich das Hobby seit Beginn der Corona-Pandemie auch im Netz zu einem wahren Boom entwickelt hat. Zahlreiche Online-Angebote sind hinzugekommen, dabei war der Markt für Brotbackkurse ohnehin schon kaum zu überblicken. Wie also den passenden finden? Und wonach genau suchen?

Zum Thema Brotbacken gibt es heute unzählige Bücher, Blogs und Schulungsangebote. Wer sich schnell in die Materie einarbeiten will, wird mit Informationen schier überrollt. Gerade für Neulinge ist es nicht einfach, die Spreu vom Korn zu trennen und für sich passende Angebote zu finden. Brotbackkurse bieten die Möglichkeit, unter praktischer Anleitung zu lernen und bestenfalls – zumindest im Live-Format – Fragen zu stellen, die direkt beantwortet werden. Doch ganz gleich, ob online oder analog: Zunächst sind ein paar Fakten zu klären, bevor man sich für ein bestimmtes Kursangebot entscheidet.

Ziele und Erwartungen

Allen voran die nach dem persönlichen Ziel, das mit den Erkenntnissen aus dem Kurs verfolgt wird. Schon die Dauer einer Fortbildung gibt Auskunft darüber, ob sie sich bloß zum Reinschnuppern eignet

oder ob darin fundiertes Wissen vermittelt wird. Dreistündige Kurse lassen wenig Raum für Fragen und Experimente. Sie können aber zum Beispiel als Event im Rahmen einer privaten Feier selbst für solche Menschen unterhaltsam sein, die bislang keinerlei Berührungspunkte zum Brotbacken hatten.

Wer sich tiefergehende Lerneinheiten wünscht, benötigt dafür schon etwas mehr Zeit. Zum einen, um die Prozesse im Teig und beim Backen wirklich zu verstehen, zum anderen, um einzelne Arbeitsschritte im eigenen Tempo und idealerweise unter Anleitung

ausprobieren zu können. Allein an der Dauer und der dazugehörigen inhaltlichen Beschreibung des Kurses kann man also schon eine Menge ablesen. Fehlt die Beschreibung oder ist sie nur vage, empfiehlt es sich im Zweifel, vor der Buchung Näheres per E-Mail oder telefonisch in Erfahrung zu bringen.

Des Weiteren sollte man sich die Frage stellen, auf welchem Niveau der jeweilige Kurs stattfindet. Richtet er sich an Anfänger und Anfängerinnen oder wird Vorwissen vorausgesetzt? Steht etwas über die Zielgruppe dabei? Handelt es sich um ein allgemeines Thema oder um ein spezielles Gebäck? Um Basics oder besondere Techniken, wie es beispielsweise bei einem Kurs zum Thema „Mit Roggen backen“ oder „Die Kunst des französischen Baguettes“ der Fall wäre? Je präziser die Fragen vor einer Buchung beantwortet sind, desto leichter fällt am Ende die Wahl des passenden Angebots.

Empfehlungen einholen

Nicht zuletzt können andere Hobbybäcker und -bäckerinnen Auskunft darüber geben, mit wem oder welchem Kurs sie bereits gute Erfahrungen gemacht haben. Verschiedene Facebook-Gruppen laden hier zum Austausch ein. Häufig werden dabei beispielsweise Namen wie Lutz Geißler (Plötzblog) oder Bäckermeister Dietmar Kappl genannt, die in der Szene zahlreiche positive Rückmeldungen zu ihren Kursangeboten sammeln konnten.

Je präziser eine Frage formuliert ist, desto nutzwertiger werden die Antworten ausfallen. Wer zum Beispiel einen Kurs zum



Heidi Schlautmann hat sich in ihrem Wohnhaus eine eigene Schulungs-Backstube eingerichtet



Online-Brotkurse erlebten im vergangenen Jahr einen Boom, wie dieser mit Lutz Geißler

Einstieg oder zu einem bestimmten Thema sucht, sollte dies klar benennen und wird so schnell mit anderen ins Gespräch kommen. Fortgeschrittene können sich über verschiedene Vertiefungsmöglichkeiten austauschen.

Weitere mögliche Entscheidungskriterien sind der Bezug zu einem Fachmagazin, oder einer anerkannten Ausbildungsstätte oder auch Persönlichkeiten, die sich mit einem Brotblog oder Büchern einen Namen gemacht haben. Zu Institutionen finden sich häufig Bewertungen im Internet, die zum Beispiel in der Google-Suche auftauchen. Hier kann man die Erfahrungen ehemaliger Kursteilnehmer und -teilnehmerinnen in Ruhe nachlesen und sich einen ersten Eindruck verschaffen.

Online versus analog

Bis vor zwei Jahren hätten vermutlich viele Menschen einen so starken Ansturm auf Online-Angebote kaum für möglich gehalten, wie es seit 2020 der Fall ist. Dann kam Corona und monatelang konnten analoge

Gemeinsam mit Brotdoc Björn Hollensteiner (Mitte rechts) gibt Schlautmann Kurse, sowohl digital als auch analog





Bild: Mark Glasser

Projekte wie „Bake against Poverty“ bringen das Backerlebnis über Tablets in die heimische Küche

Veranstaltungen nicht stattfinden. Während die einen in dieser Zeit komplett aussetzen, kümmerten sich andere Anbieter und Anbieterinnen um digitale Ersatz-Formate.

Heute kann bei vielen professionell erstellten Online-Backkursen kaum mehr von Ersatz die Rede sein. Sowohl inhaltlich als auch technisch hat sich das Niveau vielfach verbessert. Im eigenen Tempo und ortsunabhängig ist es Teilnehmenden möglich, sich aufgezeichnete Videos anzusehen und von ihnen zu lernen. Schritt für Schritt wird das Vorgehen darin gezeigt und erklärt, worauf es ankommt. Zu Hause können die Handgriffe entsprechend der Vorgabe nachgeahmt und geübt werden. Der Vorteil:

Sebastian Däuwel bewegte sich lange Zeit zwischen Profi- und Hobbyszene



Meist zahlt man einmal, kann dann aber beliebig oft reinschauen.

Andere Digital-Fortbildungen finden live statt, zum Beispiel über Plattformen wie Teams oder Zoom. Lehrende zeigen via Kamera ihre Backstube, die Teilnehmenden schauen von zu Hause aus zu. Auch hier steht die Ortsunabhängigkeit also klar auf der Haben-Liste. Der Vorteil gegenüber vorgefertigten Formaten liegt beim Live-Kurs auf der Hand: Fragen können direkt und während des Unterrichts gestellt werden, sodass eine Antwort nicht lange auf sich warten lässt.

Manche Projekte wurden überhaupt erst durch die digitalen Medien ermöglicht, wie es zum Beispiel bei „Bake against Poverty“ der Fall ist. Das Projekt gestaltet sich als E-Learning-Plattform, bei der Seniorinnen und Senioren aus ihrer eigenen Küchen heraus live Backkurse geben – vornehmlich zum Thema Kuchen. Nicht nur die mögliche Mobilität der Teilnehmenden spielt schließlich eine Rolle. Auch die Flexibilität der Lehrkräfte ist entscheidend bei der Wahl des passenden Formats.

Gute Resonanz

Gute Erfahrungen mit Live-Brotbackkursen hat Heidi Schlautmann gemacht. Sie ist als



„Brotfee“ im Internet unterwegs und hat sich im Keller ihres Wohnhauses eine eigene Schulungsbackstube eingerichtet. Im Februar 2020 ging sie dort in Zusammenarbeit mit „Brotdoc“ Bernd Hollensteiner und analogen Kursen an den Start. Auch Sonja Bauer vom Blog Cookies & Co. zählt zum Team und sollte live zum Einsatz kommen. Dann wurden der erste Lockdown verfügt und die weiteren Pläne von heute auf morgen über den Haufen geworfen.

Ihre Live-Onlinekurse waren zunächst als Übergangslösung angedacht. „Die Resonanz ist allerdings überraschend gut“, erzählt Schlautmann. Viele Teilnehmende stießen dazu, die aufgrund der Anreise bei einem analogen Format wohl darauf verzichtet hätten. Sowohl die Themen der Kurse als auch die Interessen der Hobbybäcker und -bäckerinnen sind bunt gemischt. Neben allgemeinen Brot- und Brötchenkursen gibt es Angebote zu speziellen Gebäcken wie Bagels, Laugengebäck oder Toastbrot.

Viele Teilnehmende buchen nach Heidi Schlautmanns Erfahrung nacheinander gleich mehrere Kurse. „Manche haben zum Beispiel Interesse an weiteren Rezepten und schauen sich gezielt nach neuen Themen um“, erklärt die Brotfee. Einen Vorteil gegenüber analogen Kursen sieht die Hobbybäckerin im Bezug auf die Ausstattung: „Im Grunde sind alle gezwungen, sich mit ihrem eigenen Equipment und der Knetmaschine auseinanderzusetzen, die sie zu Hause haben“, sagt sie.

Da sich viele Brot-Bloggerinnen und -Blogger bereits mit verschiedenen Systemen für die heimische Küche beschäftigt haben, sind sie Profis gegenüber klar im Vorteil. „Die kennen

Schritt für Schritt wird den Teilnehmenden erklärt, worauf es beim Brotbacken ankommt

In ihrer heimischen Küche bietet Nadine Metz Kurse fürs glutenfreie Backen an

sich mit großen Maschinen und größeren Mengen Teig aus, aber nicht unbedingt mit Küchenmaschinen“, sagt Heidi Schlautmann.

Zu hundert Prozent glutenfrei geht es in der Gärtringener Küche von Nadine Metz zu. Selbst von Glutenunverträglichkeit betroffen, bietet sie inzwischen genau dort Kurse für das glutenfreie Backen an. „Da gibt es keine Gefahr einer Kontamination und wir haben alles da, was wir zum Backen brauchen“, erklärt die gebürtige Mecklenburgerin. Seit vier Jahren präsentiert sie Rezepte und Tipps auf YouTube. „Allerdings war mir das Ganze auf Dauer zu unpersönlich“, sagt sie: „Ich wollte enger mit meiner Community zusammenarbeiten und anderen im persönlichen Kontakt das glutenfreie Backen beibringen. Damit es ganz sicher auch zu Hause in der eigenen Küche klappt.“

Maximal fünf Teilnehmerinnen und Teilnehmer zahlen 99 Euro für vier bis fünf Stunden intensiven Trainings: „Gemeinsam backen wir sieben verschiedene Brote und Brötchen nur aus natürlichen Zutaten und ausschließlich





Mandy Beckmann dachte lange über den Wechsel von der Hobbybäckerin in die professionelle Backstube nach

aus vollem Korn. Maisstärke und Co. brauchen wir nicht.“ Nach dem Backen darf alles probiert und Rezepte sowie Gebäcke können mit nach Hause genommen werden. Obendrauf gibt es einen glutenfreien Sauerteigansatz für das Backen zu Hause. Parallel bietet Nadine Metz einen Online-Backkurs wie auch Einzelberatungen und -Coachings an. Gerade aber das Backen in ihrer heimischen Küche bietet den Teilnehmerinnen und Teilnehmern eine gemütliche Lernatmosphäre.

Vom Umfeld profitieren

Welchen Einfluss das passende Umfeld aufs Lernen hat, musste auch Sebastian Däuwel feststellen, während er als Hobbybäcker in die Welt des Brotbackens eintauchte. Später gründete er die Bäckerei „Die Brotpuristen“ in Speyer. Jahrelanges Selbststudium und der Besuch verschiedener Brotbackkurse gingen der Gründung voraus. Noch gut erinnert sich Däuwel an Pausengespräche an der Akademie des Deutschen Bäckerhandwerks in Weinheim, bei der er verschiedene Fortbildungen besuchte.

Zwar sei es grundsätzlich möglich, sich an den Akademien zu Kursen anzumelden, die überwiegend von Profis besucht werden, doch setze dies ein gewisses theoretisches Grundwissen voraus, sagt er. „Leute, die Brotbacken als Hobby begreifen, stellen andere Fragen“, so

Däuwel. In Kursen profitiere man außerdem von Anmerkungen anderer Teilnehmender. Stammen diese allerdings aus einem professionellen Bäckerei-Umfeld, gehen die Ansprüche und Erwartungen schnell auseinander.

Doch Sebastian Däuwel war ehrgeizig und hatte einen Traum: Er wollte sein eigenes Brot verkaufen und nutzte den Kontakt zu Profis, um die Branche besser zu verstehen. Gleichzeitig suchte er sich Fortbildungsangebote aus dem Hobby-Umfeld. Nachdem ihn das Niveau in einigen Kursen enttäuschte, landete er schließlich bei Dietmar Kappl und Lutz Geißler. „Ich habe einen hohen Anspruch und bin ziemlich perfektionistisch“, sagt er. Hier konnte er sich nach Herzenslust ausleben.

Zwischen den Welten

Der Gedanke, sich von der Hobby-Bäckerin zum Profi zu entwickeln, trieb auch Mandy Beckmann an. Sie wandte sich eines Tages ebenfalls an die Weinheimer Akademie und besuchte einen Kurs, der auf den ersten Blick beide Welten – Hobby und Profi-Bäckerei – miteinander zu verbinden scheint: den „Brotkurs für Quereinsteiger“. „Ich hatte schon zu Hause längere Zeit Brot gebacken und wollte mich intensiver damit beschäftigen“, sagt sie. Im Hinterkopf der Vertrieblerin keimte schon damals die Idee, einen Neuanfang zu wagen.

Dem Gefühl wollte Beckmann auf den Grund gehen und sich ein genaueres Bild vom Bäckerei-Beruf machen. Sie hatte viele Fragen. Im Brotkurs zum Thema Quereinstieg hoffte die ambitionierte Hobby-Bäckerin, die gewünschten Antworten zu finden. Unter fachkundiger Anleitung erlangte sie zunächst Basiswissen zum Thema Brotbacken. Darüber hinaus aber lernte sie auch, wie der Einstieg in die Welt der Profis gelingen kann. „In dem Kurs bekam ich die Möglichkeit, ein besseres Gefühl für Brot zu bekommen und mit größeren Mengen zu arbeiten, als das in der Küche der Fall ist“, sagt Beckmann.

Die professionelle Ausrichtung des Quereinstiegskurses kommt nicht von ungefähr: „Die Fachschule wurde vom Bäckerhandwerk errichtet und wird weiterhin von Profis getragen. Unsere Mission ist es, die Backbranche fachlich weiterzuentwickeln“, sagt Bernd Kütscher, Direktor der Weinheimer Akademie. Die Ausbildung von Hobbybäckerinnen und -bäckern zähle nicht dazu, auch wenn sich die Akademie deren Teilnahme an Brotkursen nicht gänzlich verschließt. Zumal sich beide Welten manchmal sehr nahe kommen und der berufliche Background bei Anmeldungen angesichts einer hohen Zahl nicht ergründet werden könne: „Häufig kommen Menschen in unsere Kurse, die sich für den Beruf entscheiden und später professionell Brot verkaufen möchten.“



Wer zu Hause mit der Küchenmaschine Teige bereitet, hat andere Fragen als Profis

Im Quereinsteigerkurs zeigen wir dazu die Möglichkeiten“, so Kütscher.

Mandy Beckmann machte im Alter von 43 Jahren schließlich Nägel mit Köpfen und hängte ihren Vertriebsjob bei einem bekannten Lebensmittelhersteller an den Nagel. Stattdessen fing sie eine auf eineinhalb Jahre verkürzte Ausbildung zur Bäckerin an, und das ausgerechnet in Weinheim an der Akademie. „Es ist vereinbart, dass ich darüber hinaus jeweils mehrere Wochen auch in Betrieben arbeiten werde“, erzählt sie. Unter der Woche pendelt sie nahezu täglich an ihre neue Wirkungsstätte, assistiert dem Fachpersonal im Unterricht und lernt dabei selbst sehr viel dazu.



An der Akademie des Deutschen Bäckerhandwerks in Weinheim findet regelmäßig ein Brotkurs für Quereinsteigerinnen und Quereinsteiger statt

Unterschiedliche Angebote

Für Mandy Beckmann entwickelte sich der Quereinstiegs-Kurs zum Türöffner in die professionelle Backstube. Nicht alle, die Freude an ihrem Hobby Brotbacken haben, denken allerdings in diese Richtung. Manche Menschen möchten sich lediglich für den Hausgebrauch ein wenig verbessern. Andere wiederum sehen in Brotbackkursen lediglich einen interessanten Zeitvertreib und kaufen das Brot unter der Woche dann doch in einer Handwerksbäckerei.

So unterschiedlich, wie die Menschen sowie ihre Motive und Interessen sind, so verschieden gestalten sich auch die Angebote auf dem Fortbildungsmarkt. Wer auf der Suche nach dem idealen Brotbackkurs die richtigen Fragen stellt und vorab Erwartungen klärt, wird sich aus der großen Fülle kreativer Ideen und Ansätzen wesentlich zielgerichteter bedienen können. ■

ONLINE SCHRITT FÜR SCHRITT

Schritt für Schritt führen die Kurse der neuen **BROTAkademie** zum Backerfolg. Das Team des Magazins **BROT** bietet ab Februar eine wachsende Zahl an Themen an. Los geht es mit Basiswissen wie Sauerteig und herausfordernden Gebäcken wie Croissants.

Je mehr man sich mit dem Brotbacken beschäftigt, desto mehr Fragen stellen sich für viele Menschen. Und mit der Erfahrung wächst oft auch der Anspruch an den eigenen Perfektionismus.

Das alles spiegelt sich in einem immer lebendigeren Kursgeschehen wider. Schon früh bot die **BROT**Redaktion Präsenzkurse für Neugierige an. In Zeiten einer doch nicht so schnell enden wollenden Pandemie wird es nun Zeit für einen anderen Weg.

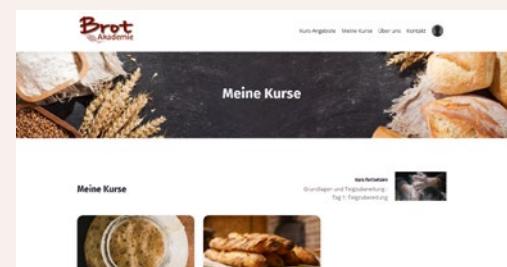
In der **BROTAkademie** können Interessierte bequem von zuhause aus lernen. Schritt für Schritt erklären die Kursleiterinnen und Kursleiter das Vorgehen für Gebäcke wie Hefezöpfe, Baguettes oder Croissants. Dabei zeigen sie alles detailliert im Video. Das macht es einfacher, die Handgriffe zu verstehen und selbst nachzumachen.



Im Februar startet die Plattform mit zunächst fünf Kursen zu den Themen Sauerteig (Ansetzen, Einsetzen, Pflegen, Retten, Resteverwertung), Baguette, Croissant & Pain au chocolat sowie Hefezopf (Grundlagen- und Aufbaukurs). Schon jetzt kann man sich unter brot-akademie.com registrieren, um den Start nicht zu verpassen.



Kursleiterin und **BROTAutorin** Olga Rau zeigt, wie man perfekt tourierte Teige für Croissants und Pain au chocolat herstellt



Übersichtlich wird man in der **BROTAkademie** durch die Kurse geführt



Joghurt-Schrot-Brot

Wenn Zutaten wie Kornschrot, Honig und Joghurt kombiniert werden, ergeben sie ein Gebäck mit nussigen, milden Aromen und einer süßen Geschmacksnote. Die Kruste wird knusprig, das Innere hingegen körnig-fluffig. Mit den perfekten Begleitern wie Aufschnitt, Dip oder Aufstrich wird das Brot zum Renner beim Frühstück, Brunch oder Abendessen.

- Alle Zutaten – außer Brühstück, Öl und Salz – auf langsamer Stufe 10 Minuten mischen. Brühstück, Öl und Salz hinzugeben und weitere 3 Minuten auf schnellerer Stufe kneten.
- Den Teig 120 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen, dabei nach 20 sowie 40 Minuten jeweils dehnen und falten.
- Den Teig rundwirken, mit dem Schluss nach unten in ein bemehltes Gärkörbchen geben und 60 Minuten bei Raumtemperatur zur Gare stellen.
- Den Backofen und einen gusseisernen Topf rechtzeitig auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Den Teigling aus dem Gärkorb in den Topf stürzen, Deckel auflegen, den Topf in den Ofen geben und 20 Minuten backen. Die Temperatur auf 220°C senken, ohne Deckel weitere 30 Minuten backen. ■

Rezept & Bilder: Edda Hein

Brühstück

- 100 g Wasser (kochend)
- 100 g 6-Korn-Schrot

Das Schrot mit dem Wasser übergießen und 12 Stunden lang abgedeckt bei Raumtemperatur quellen lassen.

Hauptteig

- 300 g Joghurt
- 110 g Wasser (lauwarm)
- 350 g Weizenmehl 550
- 125 g Weizenmehl 1050
- 50 g Roggenmehl 1150
- 50 g Anstellgut
- 15 g Honig
- 10 g Frischhefe
- Spätere Zugabe
- Brühstück
- 15 g Leinöl
- 12 g Salz

Schwierigkeitsgrad: ★★★

Getreide:	Weizen, Roggen
Triebmittel:	Sauerteig, Hefe
Teigkonsistenz:	bindig
Zeit gesamt:	17 Stunden
Zeit am Backtag:	5 Stunden
Backzeit:	50 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	220°C
	nach 20 Minuten
Schwaden:	nein



22.00 Uhr
Brühstück ansetzen

Nächster Tag
10.00 Uhr

Hauptteig ansetzen

12.30 Uhr
Brot formen

12.50 Uhr
Ofen vorheizen

13.20 Uhr
Brot backen

14.10 Uhr
Brot fertig

Brot Laden



NOVA BROTEdition

Mit der NOVA präsentiert Häussler, einer der namhaftesten Hersteller, eine komplett neu entwickelte Knet-, Schlag- und Rührmaschine im kompakten Format. In diese Maschine flossen die gesamten Erfahrungen des Unternehmens ein. In jahrelanger Detailarbeit von Ingenieuren und Bäckermeistern im Backdorf Heiligkreuztal entwickelt, wird die NOVA in der hauseigenen Manufaktur in sorgfältiger Handarbeit produziert. Diese Maschine ist echtes „Made in Germany“, von der Entwicklung bis zu Produktion.

Dieses erstklassige Gerät gibt es in einer exklusiven BROTEdition mit aufgedrucktem BROTLogo. Beim Kauf einer solchen Maschine gibt es ein Jahresabo BROT oder einen 37-Euro-Gutschein ohne Mindestbestellwert für den BROTLaden.

Die NOVA ist die konsequente Weiterentwicklung des klassischen Spiralkneters, gepaart mit einem innovativen Motoren- und Bedienkonzept. Hierbei bleiben die traditionellen Stärken des Spiralkneters erhalten und werden verfeinert. Die NOVA verfügt über sieben Geschwindigkeitsstufen und eröffnet der Knetmaschine neue

Anwendungsbereiche. Die NOVA ist ein hochkarätiges, stabiles und langlebiges Profigerät, das nach den Prinzipien einer Gewerbemaschine konstruiert ist. Sie verfügt über ein robustes Metallgehäuse, in dem ein großer Industriemotor eingebaut ist. Teigschüssel und Knethaken drehen sich gleichzeitig und garantieren somit beste Knetergebnisse. Mit ihrem Kesselvolumen von 5 Litern lässt sich die Maschine vielfältig einsetzen.

Lieferumfang: Knetmaschine, 5-Liter-Edelstahlkessel und Knethaken. ■



Gärkorb

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



Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110





Dauerback- und Grillmatte

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

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



BROTMesser, Hamburger

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

Ein weitere Besonderheit ist die Verwendung von nicht-rostfreiem Carbonstahl. In Europa haben mittlerweile die rostfreien Messer die Carbonstahlmesser fast völlig verdrängt, obwohl diese an sich zum Schneiden besser geeignet sind. Aufgrund ihres reicher Kohlen-

stoffgehaltes (bei uns über 0,8%) können sie höher gehärtet und damit dünner und schärfer geschliffen werden. Zudem sind sie langlebiger. ■

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

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

BROTMesser, Ellenlang

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

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



Küchenthermometer

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



Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110



BROTLeinen

Buckleinen 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.



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. ■

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 besten Qualität zu einem angemessenen Preis entgegenzusetzen.

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



BROTLeinen – 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. ■

BROTGranulat

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



Inhalt: je 500 Gramm

Natürliche Zutat für Brot- und Brötchenteige.

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

Hartweizen: 7,50 Euro
Buchweizen: 8,20 Euro
Maiscrispies: 7,30 Euro
Roggenvollkorn: 6,80 Euro

Dosierung:

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

Ackerbohne: 8,20 Euro
Dinkel: 7,50 Euro
Kartoffel: 7,95 Euro

Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110



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



18,50 EURO



14,- EURO

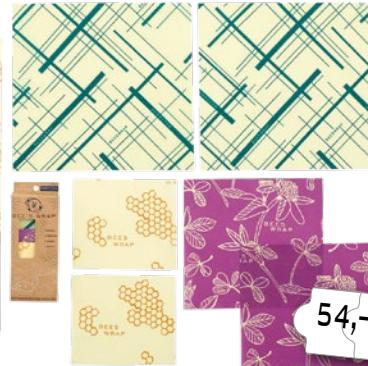
Bee's Wrap Sandwich
33 x 33 cm



23,- EURO



Bee's Wrap 3er-Pack
Meadow Magic VEGAN



54,- EURO

Natürliche Verpackung

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

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

23,- EURO

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

18,50 EURO



24,- EURO

Bee's Wrap 3er-Set groß
33 x 35 cm



Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110



CASO GourmetVAC 280 vollautomatisches Vakuumiersystem zum Vakuumieren von Lebensmitteln

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



159,99 EURO



39,99 EURO

„Vakuumier-Boxen VacBoxx EcoSet“

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



199,- EURO

15,- EURO



Der Gär-Automat

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

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

Das **Zusatzgitter-Gestell** verdopelt 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 gegarten Brotteiges 10 cm ist.

Zusätzliches Gärblech für den Brod & Taylor Gärautomaten. ■

Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110



Kochen mit Brot

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

Rezepte & Styling: Stevan Paul
Fotografie: Andrea Thode

Panierbrot in Bouillon mit Käse



Kotelette mit Knusperbrothaube und Senfrahmgurken

Bauernkrapfen





Panierbrot in Bouillon mit Käse

Von der österreichischen Alm-Hirten-Küche ist diese Herz- und Bauch-wärmende Speise inspiriert, eigentlich ein Resteessen – aber was für ein gutes.



➊ Knoblauch längs halbieren, die Brotscheiben damit abreiben.

➋ Das Ei mit Sahne verquirlen, die Brotscheiben darin baden (sie dürfen sich gerne vollsaugen), dann in den Bröseln wälzen, die Panierung leicht andrücken.

➌ Bouillon aufkochen.

➍ Den Käse fein reiben.

➎ Schnittlauch in Röllchen schneiden.

➏ Butter und Olivenöl in einer großen Pfanne aufschäumen, die Brotscheiben hineingeben und bei mittlerer Hitze goldbraun backen, dabei einmal wenden. (Eventuell braucht es aus Platzgründen in der Pfanne zwei Durchgänge.)

➐ Die heiße Bouillon auf gewärmte Teller verteilen, jeweils ein Brot hineingeben und mit Käse, Schnittlauch sowie Meerrettich nach Geschmack toppen. Sofort servieren. ■

Zutaten (für 4 Portionen)

- 1 Knoblauchzehe
- 4 Scheiben Sauerteigbrot (alternativ Weiß- oder Graubrot)
- 1 Ei (Größe L)
- 2 EL Sahne
- 8 EL Semmelbrösel (alternativ Paniermehl)
- 800 ml Bouillon (alternativ klare Suppe)
- 150 g Gruyère-Käse (alternativ Comté oder Bergkäse nach Wahl)
- 1/4 Bund Schnittlauch
- 1 EL Butter
- 4 EL Olivenöl
- Geriebener Meerrettich (Glas)

Zubereitungszeit
 20 Minuten

Kotelette mit Knusperbrothaube und Senfrahmgurken

Butterzart gelingt das Kotelett unter der Knusperbrothaube, dazu gibt es würzige Schmorgurken in Senf-Rahm. Es soll Leute geben, die nicht erst auf Restbrot warten, um diesen Teller zu genießen.

Zutaten (für 2 Portionen)

- ▶ 1 Salatgurke (zirka 500 g)
- ▶ Salz
- ▶ 2 Scheiben Weißbrot (alternativ Mischbrot)
- ▶ 2 Eier (Größe M)
- ▶ 2 El Frischkäse „Kräuter der Provence“
- ▶ 2 Schweinekoteletts à 400 g
- ▶ 3 EL Speiseöl
- ▶ 1 Schalotte
- ▶ 1-2 TL grober Senf
- ▶ 100 ml Gemüsebrühe
- ▶ 150 g Schmand
- ▶ 2 Zweige Dill

- Die Gurke schälen, längs halbieren, das Kerninnere entfernen. Die Gurkenhälften in Scheiben schneiden und salzen.
- Den Backofen auf 220°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Brot fein würfeln.
- Eier trennen.
- Eigelbe mit Frischkäse verrühren, die Brotwürfel untermengen.
- Eiweiß mit einer Prise Salz steif schlagen und unterheben.
- Die Koteletts salzen und in einer Pfanne in 2 EL heißen Öls erst auf der einen Seite braun anbraten, dann wenden und die andere Seite anbraten, währenddessen die Koteletts mit der Brotmasse toppen. Mit der Pfanne auf der mittleren Schiene in den Ofen schieben und 8 Minuten garen.
- Derweil die Schalotte halbieren, pellen und fein würfeln, in einer zweiten Pfanne in 1 EL Öl mit den Gurken kurz andünsten, leicht salzen. Senf und Brühe zugeben, aufkochen, den Schmand einrühren. Offen leicht dicklich einkochen. Dill fein schneiden und unterrühren. Die Gurken zu den Koteletts servieren. ■

Zubereitungszeit



35 Minuten







Zubereitungszeit
 **25 Minuten**
(plus 75 Minuten Gehzeit)

Bauernkrapfen

Die luftig-lockeren Bauernkrapfen kommen aus Österreich, stehen in naher Verwandtschaft zu Berlinern, Pfannkuchen und hessischen Kreppeln – nur eben flacher. Und die gute Marmelade kommt frisch drauf.

● Für den Teig die Milch leicht erwärmen. Das Mehl in eine Schüssel geben, in der Mitte eine Mulde formen. Hefe hineinbröckeln und mit 3 EL von der Milch, 1 TL Zucker und etwas Mehl vom Rand verrühren. Den „Vorteig“ mit einem Küchentuch bedeckt an einem warmen Ort 15 Minuten gehen lassen.

● Übrige Milch, 50 g Zucker, Zitronenschale, weiche Butter, Öl und eine Prise Salz in die Schüssel geben. Mit den Knethaken des Handrührgerätes zu einem glatten Teig verarbeiten, weitere 2 Minuten kräftig kneten. In einer Schüssel, mit einem Küchentuch bedeckt, an einem warmen Ort weitere 40 Minuten gehen lassen.

● Den Teig kurz durchkneten, zu einer Rolle formen. Dickere Scheiben von etwa 40 g abschneiden, zu kleinen Fladen mit dickeren Rändern formen und auf einem Blech, mit Küchentuch bedeckt, 20 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.

● Derweil die süße Panade zubereiten: das Milchbrötchen grob würfeln und im Mixer mit den Nüssen, Zimt und Zucker fein mixen.

● Frittieröl in einem kleinen Topf mit hohem Rand auf zirka 175°C erhitzen. Die Fladen portionsweise in heißem Fett schwimmend, etwa 2-3 Minuten goldgelb ausbacken, dabei mit einem Holzlöffel öfter wenden. Werden die Krapfen zu schnell braun, ist das Fett zu heiß.

● Auf Küchenpapier abtropfen und in der Panierung wälzen. Erst vor dem Servieren mit Lieblingsmarmelade toppen. ■

Zutaten (für etwa 8 Stück)

- 1/8 l Milch
- 225 g Weizenmehl 405
- 15 g Frischhefe
- 1 TL Zucker
- 1/2 TL Abrieb einer Bio-Zitronenschale
- 40 g Butter (weich)
- Salz
- Öl zum Frittieren

Für Panade und Füllung

- 1 trockenes Milchbrötchen
- 1 EL Haselnusskerne (gehackt, geröstet)
- 1 Messerspitze Zimt
- 1 EL Zucker
- Lieblingsmarmelade oder Konfitüre (alternativ Pflaumenmus)



Glutenfrei **reisen**

Songsam planen

Sich glutenfrei zu ernähren, ist schon im Alltag nicht ganz einfach. Auf Reisen machen Unverträglichkeiten keinen Urlaub. Entsprechend muss sorgfältig geplant werden, damit der Trip nicht zum Alptraum für den Verdauungstrakt wird. Mit der richtigen Vorbereitung klappt der Urlaub ganz entspannt. Schließlich sollen ja nicht Sorgen im Mittelpunkt stehen, sondern die Erholung

Text: Julia Stüber

Mit glutenfreien Snacks, Nüssen oder Trockenfrüchten lässt sich Reisezeit überstehen



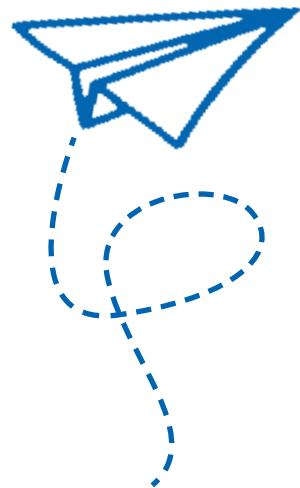
Am Beginn jeder Planung steht die Auswahl des Reiseziels. Das spontane Last-Minute-Angebot funktioniert nur, wenn Betroffene bereit sind, den Koffer mit Lebensmitteln zu füllen und sich komplett selbst zu versorgen. Eine frühzeitige Reise-

planung erleichtert den Urlaubsaufenthalt und ermöglicht es, relevante Vorkehrungen vor Reiseantritt zu treffen.

An dieser Stelle muss man entscheiden: Will man etwas von der Welt sehen und dafür auch auf Speisen-Vielfalt verzichten, sich mal drei Tage nur von Reis und Obst ernähren? Oder ist das Essen so wichtig, dass man explizit Reiseziele aussucht, die eine glutenfreie Ernährung ermöglichen. Das schränkt die Auswahl erheblich ein. Dabei gibt es kein richtig oder falsch – es ist eine individuelle Entscheidung.

Reisen in Europa

Die Versorgung mit glutenfreien Lebensmitteln hat sich im deutschsprachigen Raum



Vor Reiseantritt lässt sich bei vielen Fluggesellschaften ohne Aufpreis glutenfreies Essen bestellen

in den letzten Jahren stetig verbessert. Man findet in jedem Super- oder Drogeriemarkt mindestens eine kleine Auswahl passender Produkte. In Beherbungsbetrieben wie Hotels zählen sie allerdings noch nicht zum Standard. Jugendherbergen sind hier ein Vorbild: Sie bieten eine vielseitige Zusammenstellung an glutenfreien Lebensmitteln an und erlauben, eigenen Reiseproviant mitzunehmen.

Glutenfreies Reisen ist auch in öffentlichen Verkehrsmitteln problemlos möglich. Die Deutsche Bahn bietet eine Übersicht „Zutaten und Allergene des aktuellen Speisenangebotes“ zum Download an, in der sie Gäste über die Kontamination der Produkte informiert.

Glutenfreie Speisen schnell „auf die Hand“ – das ist ein anderes Thema. Die großen Fast-food-Ketten bieten, anders als in vielen anderen EU-Ländern, noch keine explizit glutenfreien Burger an. Auch die übrigen Speisen in der Menüauswahl sind häufig kontaminiert. Eigener Proviant ist die sicherere Option.

Für Betroffene gibt ein kleines Sortiment an Reiseproviant, das in vielen Supermärkten in Bahnhöfen zu finden ist. Unter anderem eig-

nen sich Trockenfrüchte, Nüsse, Reiswaffeln, Datteln, Cracker, Kekse, Brezeln und frische Lebensmittel optimal während längerer Reisen in Zügen. Die geeignete Menge hängt von der Dauer der Reise und den Einkaufsmöglichkeiten vor Ort ab. Bekommt man Lust auf etwas deftigere Verpflegung, bietet sich zusätzlich glutenfreies Brot an, das allerdings nicht immer leicht zu finden ist. Hier gewinnt das selbstgebackene Brot.

Fluggesellschaften haben die Möglichkeiten von kostenfreiem Sondergepäck für Lebensmittel weitgehend abgeschafft





Andere Länder, andere Sitten

In vielen Ländern gibt es keine Kennzeichnung glutenfreier Lebensmittel und Speisen. Krankheiten wie Zöliakie oder Glutenunverträglichkeit sind in solchen Gebieten noch relativ unbekannt. Während glutenfreie Produkte in Staaten wie Großbritannien, USA, Italien, Spanien oder den skandinavischen Ländern klar erkennbar sind, ist das vor allem in Asien nicht üblich. Weder im Handel noch in der Gastronomie.

Obwohl Weizen keine gängige Zutat in den Küchen Asiens ist, gibt es viele beliebte Lebensmittel, die das Getreide enthalten. Sojasoße wird als traditionelles Würzmittel in vielen Regionen genutzt und ist fester Bestandteil in favorisierten Rezepten. Die Soße beinhaltet in der Regel Weizen, kann aber aus den meisten Rezepten nicht eliminiert werden. Das Würzmittel verfügt über einen kräftig-salzigen Geschmack und eine

Bei der Deutschen Bahn lassen sich Allergen-Informationen online herunterladen

VOKABELKARTEN FÜR ALLERGIE-BETROFFENE

- equaleats.com
- celiactravel.com/cards

Umami-Note, die nicht einfach zu ersetzen ist. Hier wird die glutenfreie Ernährung zum Problem.

Entscheidet man sich entsprechend, eigene glutenfreie Produkte in der Reisetasche zu verstauen, wartet womöglich ein Konflikt. Bei Reisen außerhalb der Europäischen Union herrschen oft Einfuhrverbote für Frischwaren. Werden abgepackte glutenfreie Lebensmittel im Gepäck transportiert, müssen Reisende ein ärztliches Attest vorweisen. Das sollte sowohl auf Englisch als auch in der Landessprache vorliegen.

Sprachbarrieren überwinden

Reisen bedeutet, sich in andere Kulturen zu begeben. Es ist daher ratsam, sich vor Reiseantritt über das Land zu informieren, Traditionen, Gebräuche wie auch die Esskultur kennenzulernen. Verträgt man Lebensmittel nicht, bietet es sich an, gezielt Vokabeln zu diesem Problem zu verinnerlichen. Das hilft besonders beim Besuch von Restaurants, beim Supermarktein-kauf oder in Gesprächen mit Köchen und Köchinnen.

Verschiedene Internet-Angebote bieten Informationen über Quellen glutenfreier Lebensmittel im Ausland

Ähnlich wie Fluggesellschaften gehen auch Kreuzfahrt-Anbieter mit entsprechenden Angeboten zunehmend auf Lebensmittel-Unverträglichkeiten ein





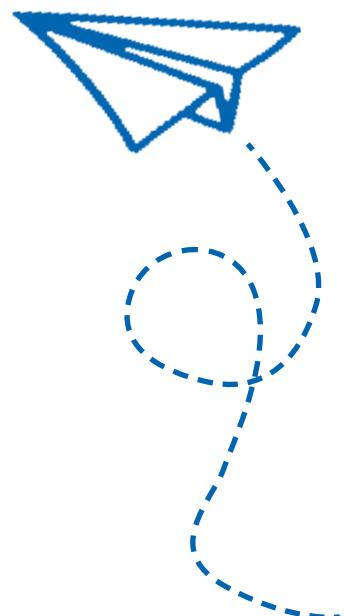
Infokärtchen sind die optimalen Begleiter im Urlaub. Es gibt sie in vielen Sprachen, digital wie auch auf Papier. Auf den Karten findet sich neben anderen Begriffen auch Vokabular rund ums Thema Essensbestellung oder -einkauf, das die Kommunikation im Ausland erleichtert.

In der Luft und auf Wasser

Bis vor einigen Jahren war es mit einem ärztlichen Attest möglich, Mehrgepäck für Lebensmittel bei Fluggesellschaften zu beantragen. Diese Möglichkeit wurde zunehmend eingeschränkt und bei einigen Fluggesellschaften sogar komplett gestrichen. Stattdessen erfolgte eine Erweiterung des glutenfreien Essensangebots auf Mittel- und Langstreckenflügen. Jede Airline hat dabei andere Regeln und Bedingungen für die glutenfreie Bordverpflegung. Vor Reiseplanung sollte daher gründlich recherchiert werden, welche Optionen es gibt. Die jeweiligen Websites der Fluggesellschaften sind die besten Informationsquellen. Beim Check-In und Boarding schadet es nicht, das Personal erneut auf die besondere Buchung aufmerksam zu machen.

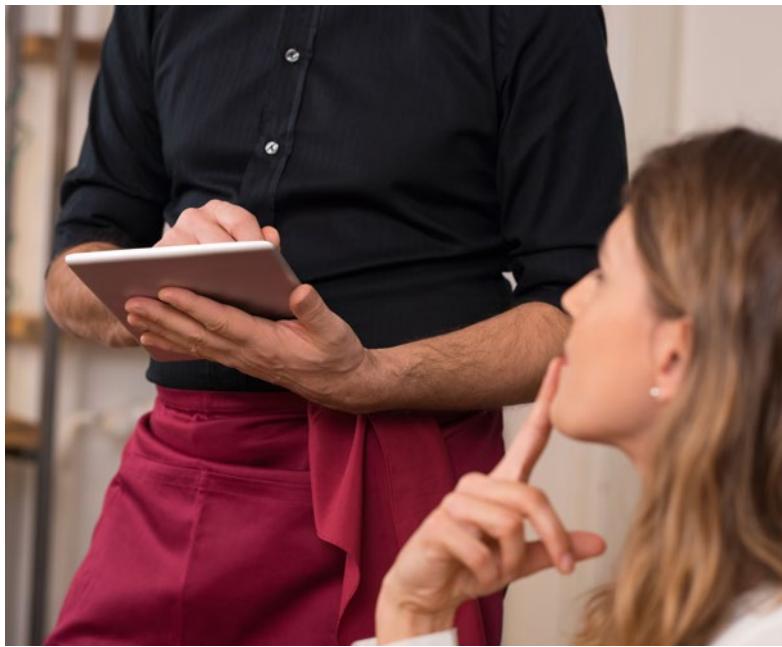
Auch auf Kreuzfahrten ist glutenfreie Kost schon lange keine Seltenheit mehr. Viele Linien bieten direkt bei Buchung die Möglichkeit an, eine gewünschte Ernährungs-

In der asiatischen Küche versteckt sich Weizen oft in Zutaten wie Sojasoße

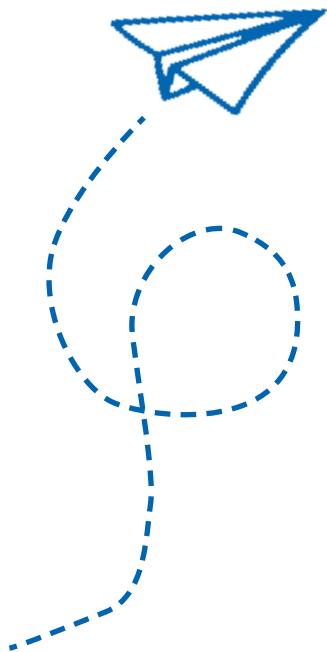


KREUZFAHRTGESELLSCHAFTEN MIT GLUTENFREIER VERPFLEGGUNG

- Aida Cruises
- A-Rosa
- Costa
- Disney Cruise Line
- Hapag-Lloyd Cruises
- MSC Kreuzfahrten
- Nicko Cruises Schiffsreisen
- Norwegian Cruise Line
- Phoenix Reisen
- Royal Caribbean International
- TUI Cruises



Für die Überwindung von Sprachbarrieren bieten sich digitale oder ausgedruckte Karten mit Vokabeln oder Diät-Informationen an

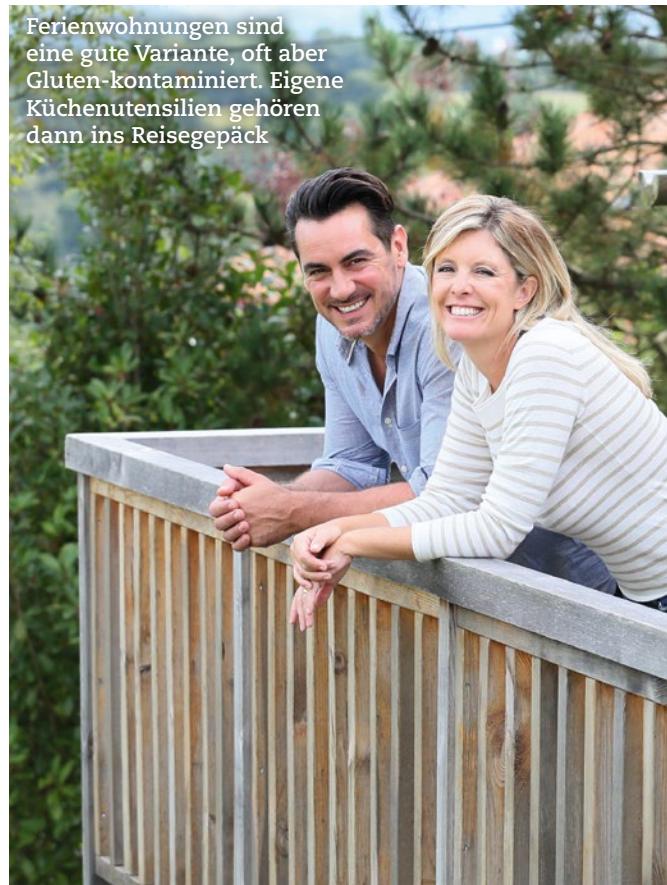


weise anzugeben. Doch wie in den meisten Fällen, gilt auch auf dem Wasser „sicher ist sicher“: Vor Reiseantritt sollte man sich die Sonderbuchung telefonisch bestätigen lassen. Zu beachten sind manchmal Fristen. Bei manchen Gesellschaften muss eine besondere Kost bereits 90 Tage vor Reiseantritt bekanntgegeben werden. Viele Kreuzfahrtschiffe bieten zudem Termine für alle reisenden Allergikerinnen und Allergiker mit der Küchencrew an, um die Kost an Bord vorzustellen, zu besprechen und auf die Wünsche der Reisenden individuell einzugehen. Dieser Termin ist sehr empfehlenswert.

Übernachten und Einkaufen

Mittlerweile gibt es einige Internet-Angebote, die – teilweise regional, teilweise weltweit – zeigen, wo man glutenfreie Lebensmittel, Restaurants oder Bäckereien, Supermärkte oder Hotels mit glutenfreier Verpflegung findet. So kann man im Vo-

Ferienwohnungen sind eine gute Variante, oft aber Gluten-kontaminiert. Eigene Küchenutensilien gehören dann ins Reisegepäck



raus Sicherheit gewinnen und muss den wertvollen Platz im Koffer nicht für Vorräte verwenden. Neben speziellen glutenfreien Angeboten, die viele Supermärkte in Europa bieten, finden sich natürlich auch von Natur aus geeignete Lebensmittel wie frisches Obst und Gemüse, Kartoffeln, Reis, Fisch oder Fleisch.

Ferienwohnungen erscheinen auf den ersten Blick als bessere Option, da man sich selbst versorgt. Nur in wenigen Fällen werden allerdings wichtige Küchenutensilien wie Schneidbretter, Kochlöffel und Teller separat verpackt angeboten. Die Küche kann entsprechend kontaminiert sein und Spuren von Gluten enthalten. Wer kein Risiko eingehen will, setzt auch bei der benötigten Kochausstattung auf Selbstversorgung.

Es wird einfacher

Glutenfrei reisen ist möglich. In den letzten Jahrzehnten wuchs das gesellschaftliche Verständnis für Menschen mit Zöliakie, Allergien oder anderen ernährungsspezifischen Unverträglichkeiten und Vorlieben. Einschränkungen sind zwar weiterhin vorhanden, mit

INFORMATIONS-ANGEBOTE FÜR GLUTENFREIES REISEN

- allergenxp.de/home (Deutschland)
- glutenfrei-unterwegs.at/www_neu (Österreich)
- ncv.nl/professionals/overzicht-restaurants-horeca-alliantie-glutenvrij (Niederlande)
- menubezgluten.pl (Polen)
- mangiarezenzaglutine.it (Italien)
- findme glutenfree.com (weltweit)
- schaer.com/de-de/otg/eat (weltweit)

Anzeigen



genauer Planung vor Reiseantritt aber ist man gut gewappnet. Wichtig bleibt dabei immer die klare Kommunikation mit Reise-, Verpflegungs- und Beherbergungsbetrieben, um Wün-

sche und Angebote abzuklären. Eine Last-Minute- oder Backpack-Reise ist ebenfalls machbar – mit guter Organisation und der Bereitschaft, sich kulinarisch zeitweise einzuschränken. ■



Im Zweifel sind Reis oder frisches Obst und Gemüse an fast jedem Ort der Welt zu haben

Jetzt abonnieren und keine Ausgabe mehr verpassen

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

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

HÄUSSLER

Backzubehör und Werkzeuge



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

Webshop und Homepage:
www.backdorff.de
88499 Heiligkreuztal · Tel. 073 71/93 77-0

Sauerteig

► 100 g Wasser (lauwarm)

► 100 g Buchweizenmehl

► 10 g Anstellgut

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

Hauptteig

► 250 g Reismehl Vollkorn

► 200 g Buchweizenmehl

► 30 g Flohsamenschalen (gemahlen)

► 20 g Leinsaat (gemahlen)

► 10 g Salz

Spätere Zugabe

► 600 g Wasser (lauwarm)

► Sauerteig

► 1 g Frischhefe



Früher war es ein „Arme-Leute-Essen“, heute ist Buchweizen auch aus der gehobenen Küche nicht mehr wegzudenken. Das dunkle Mehl des Pseudogetreides bietet einige gesundheitliche Vorteile: Es ist proteinreich und enthält viel Vitamin E. In den letzten Jahren entwickelte es sich zu einer beliebten Zutat beim Backen von glutenfreiem Brot. Die nussige und leicht herbe Geschmacksnote passt hervorragend zu pikanten wie süßen Speisen.

● Alle trockenen Zutaten vermengen.

● Das Wasser, den Sauerteig und die Frischhefe gründlich vermischen und mit den trockenen Zutaten mischen. Den Teig zunächst 3 Minuten auf langsam Stufe, dann weitere 3 Minuten auf schnellerer Stufe kneten.

● Den Teig rundwirken, mit dem Schluss nach oben in ein bemehltes Gärkörbchen geben und abgedeckt bei Raumtemperatur 6-12 Stunden zur Gare stellen.

● Den Backofen rechtzeitig auf 230°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

● Den Teigling sanft aus dem Gärkorb stürzen, einschneiden, in den Backofen geben und 60 Minuten backen. ■

Schwierigkeitsgrad:	★★★
Getreide:	glutenfrei
Triebmittel:	Sauerteig, Hefe
Teigkonsistenz:	klebrig
Zeit gesamt:	15,5-29,5 Stunden
Zeit am Backtag:	90 Minuten
Backzeit:	60 Minuten
Starttemperatur:	230 °C
Backtemperatur:	230 °C
Schwaden:	nein



Zeitraster

22.00 Uhr

Sauerteig ansetzen

Nächster Tag
07.00 Uhr

Hauptteig ansetzen

07.15 Uhr
Brot formen

17.00 Uhr
Ofen vorheizen

17.30 Uhr
Brot backen

18.30 Uhr
Brot fertig.



Buchweizen-Hirse-Kruste

Wenn interessante Aromen miteinander vereint werden: Saftige Saaten treffen auf den milden Geschmack von Buchweizen- und Hirsemehl. Dabei findet man sie nicht nur in der lockeren Krume, sie ummanteln das Brot gleichzeitig. Nach dem Backen leuchten sie in goldbraunen Farbtönen und machen das Brot zu einem Hingucker.

- ➊ Alle trockenen Zutaten miteinander vermengen, Brühstück, Wasser sowie Frischhefe zugeben und den Teig 3 Minuten auf langsamer Stufe vermischen, dann auf schnellerer Stufe 3 Minuten kneten.
- ➋ Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche rundwirken, mit Wasser benetzen und in den gemischten Saaten für das Topping wälzen.
- ➌ Den Teigling mit Schluss nach oben in ein bemehltes Gärkörbchen geben und bei Raumtemperatur 60 Minuten zur Gare stellen.
- ➍ Den Backofen rechtzeitig auf 230°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- ➎ Den Teigling sanft aus dem Gärkorb stürzen, einschneiden, in den Backofen geben und 60 Minuten backen. ■

Brühstück

- ▶ 100 g Wasser (kochend)
- ▶ 30 g Sonnenblumenkerne
- ▶ 30 g Leinsaat

Die Saaten mit dem Wasser übergießen und 60 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur quellen lassen.

Hauptteig

- ▶ 300 g Hirsemehl
- ▶ 200 g Buchweizenmehl
- ▶ 30 g Flohsamenschalen (gemahlen)
- ▶ 10 g Salz
- Spätere Zugabe
- ▶ 550 g Wasser (lauwarm)
- ▶ Brühstück
- ▶ 10 g Frischhefe
- Topping
- ▶ 50 g Sonnenblumenkerne
- ▶ 50 g Leinsaat

Rezept & Bild: Nadine Metz

 @glutenfreibackenmitnadine
 /glutenfreibackenmitnadine
 glutenfreibackenmitnadine.de

Schwierigkeitsgrad:



Getreide:

glutenfrei

Triebmittel:

Hefe

Teigkonsistenz:

klebrig

Zeit gesamt:

3,5 Stunden

Zeit am Backtag:

3,5 Stunden

Backzeit:

60 Minuten

Starttemperatur:

230°C

Backtemperatur:

230°C

Schwaden:

nein



Zeitstruktur

15.00 Uhr
Brühstück ansetzen

16.00 Uhr
Hauptteig ansetzen

16.15 Uhr
Teig formen

17.15 Uhr
Ofen vorheizen

17.30 Uhr
Brot backen

18.30 Uhr
Brot fertig

Sauerteig

- 90 g Wasser (warm)
- 90 g Mehl (nach Geschmack)
- 20 g Anstellgut

Die Zutaten gründlich mischen und 6-12 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur reifen lassen.

Quellstück

- 20 g Wasser (kalt)
- 7 g Leinsaat (geschrotet)

Die Leinsaat mit dem Wasser übergießen und 4-12 Stunden abgedeckt im Kühlschrank quellen lassen.

Hauptteig

- Quellstück
- Sauerteig (alternativ 200 g Anstellgut aus dem Kühlschrank)
- 50 g Olivenöl
- 2 Eier (L)
- Spätere Zugabe
- 130 g Zucchini (gerieben)
- 100 g Polenta
- 90 g Tomaten (getrocknet, grob gehackt)
- 90 g Sonnenblumenkerne (zerkleinert)
- 80 g Feta (zerkleinert)
- 10 g Basilikum (gehackt)
- 10 g Oregano (gehackt)
- 10 g Thymian (gehackt)
- 10 g Rosmarin (gehackt)
- 10 g Bohnenkraut (gehackt)
- 8 g Backpulver
- 6 g Flohsamenschalen (gemahlen)
- 4 g Salz

Schwierigkeitsgrad:



Getreide:

glutenfrei

Triebmittel: Sauerteig, Backpulver

Teigkonsistenz: weich

Zeit gesamt: 13 Stunden

Zeit am Backtag: 75 Minuten

Backzeit: 45 Minuten

Starttemperatur: 190°C

Backtemperatur: 190°C

Schwaden: nein

Zucchini-Tomaten-Feta-Brot

Feta, Kräuter und Gemüse – das Trio zaubert einen aromatischen Geschmack, der an wärmere Tage erinnert. Das herhaft-saftige Brot ist schnell gemacht, Gemüsereste aus dem Kühlschrank finden hierbei optimale Verwendung. Kombiniert mit einem frischen Salat schmeckt das Brot besonders gut.

- Den Backofen rechtzeitig auf 190°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Quellstück, Sauerteig, Olivenöl und Eier gründlich miteinander vermischen. Alle weiteren Zutaten zum Teig geben und unterheben.
- Den Teig in einer gefetteten Kastenform (30 cm) glattstreichen und direkt in den Ofen geben, 45 Minuten backen. ■

Rezept & Bild: Alexandra Wojna

@glutenfreigeniessen.at

/Glutenfrei geniessen

glutenfreigeniessen.at

Tipp

Je nach Jahreszeit kann die Auswahl der im Brot verwendeten Gemüsesorten variiert werden. Im Winter eignen sich auch Kartoffeln und Kürbis.



Rezept & Bild: Mareike Kriesten

 @meergruenes

 /glutenfrei Backen ohne
Mehlmischungen by Mareike

 meergruenes.de



Tipp

Die Saaten- und Körnermischung kann nach eigenem Geschmack zusammengestellt werden. Mohn, Sesam oder auch Sonnenblumenkerne bieten sich zum Beispiel an.

Anoma-Mehlkornbrot

Saaten und Körner schenken dem Brot nicht nur ein kräftiges Aroma, sondern punkten auch mit ihren Nährwerten: Sie sind ballaststoffreich, enthalten gesunde Fette und Proteine. Zudem geben sie dem Brot eine saftige Krume, sorgen für lange Haltbarkeit und passen zu jeder Mahlzeit des Tages. Besonders gut harmonieren sie mit herzhaften Suppen, deftigen Eintöpfen, saisonalen Salatkreationen und pikanten Dips.

➊ Alle Zutaten – außer Wasser und Apfelessig – gründlich per Hand miteinander vermischen, das Wasser und den Apfelessig hinzugeben und den Teig auf langsamer Stufe 10 Minuten mischen.

➋ Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, langwirken, mit Wasser benetzen und in der Saaten- und Körnermischung wälzen.

➌ Den Teig in eine gefettete Kastenform (24 cm) geben und abgedeckt 4-6 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen.

➍ Den Backofen rechtzeitig auf 240°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

➎ Die Kastenform in den Ofen geben, sofort schwaden und 60 Minuten backen. Die Temperatur nach 10 Minuten auf 180°C senken und Schwaden ablassen. ■

Teig-Zutaten

- ▶ 200 g Buchweizenmehl
- ▶ 130 g Hirsemehl
- ▶ 100 g Kartoffelstärke
- ▶ 50 g Tapiokastärke
- ▶ 25 g Flohsamenschalen (gemahlen)
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 5 g Frischhefe
- Spätere Zugabe
- ▶ 590 g Wasser (warm)
- ▶ 15 g Apfelessig

Topping

- ▶ 50 g Wasser (warm)
- ▶ 120 g Saaten- & Körnermischung

Schwierigkeitsgrad:



Getreide:

glutenfrei

Triebmittel:

Hefe

Teigkonsistenz:

weich

Zeit gesamt: 5,5-7,5 Stunden

Zeit am Backtag: 5,5-7,5 Stunden

Backzeit: 60 Minuten

Starttemperatur: 240°C

Backtemperatur: 180°C

nach 10 Minuten

Schwaden: beim Einschießen

Pebbles on Speed

Rezept: Sebastian Marquardt

 @brotmagazin
 /brotmagazin

Gutes Brot braucht Zeit. Aber manchmal muss es eben schnell gehen. Da kann kein Sauerteig aufgefrischt, kein Vorteig 12 Stunden zur Reife gestellt werden. Auch innerhalb von 3 Stunden lässt sich ein leckeres Brot auf den Tisch bringen, das mit vollem Aroma überzeugt. BROTGranulat sorgt trotz der kürzeren Reifezeit des Teiges für viel Saftigkeit und lange Haltbarkeit.

● Alle Zutaten – außer Salz – auf langsamer Stufe 10 Minuten mischen, dann 6 Minuten auf schnellerer Stufe kneten, das Salz zugeben und weitere 2 Minuten schnell kneten. Abgedeckt 60 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.

● Den Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche langwirken, mit Schluss nach unten in ein bemehltes Gärkörbchen legen und 50 Minuten bei Raumtemperatur zur Gare stellen.

● Rechtzeitig den Ofen auf 240°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

● Den Teigling sanft aus dem Gärkörbchen stürzen und mit Schwaden in den Ofen geben. Die Temperatur nach 10 Minuten auf 230°C reduzieren und weitere 30 Minuten backen. ■

Tipp

Anstelle von BROTGranulat Ackerbohne kann auch Dinkel- oder Hartweizen-Granulat verwendet werden. Dabei handelt es sich um eine natürliche Zutat, die mehr Wasser im Teig bindet, vergleichbar mit einem getrockneten Kochstück. Mehr Informationen auf Seite 88 oder unter brot-magazin.de/einkaufen. Ohne Granulat reduziert sich die Wassermenge auf 450 g. Eine Version dieses Brotes mit längerer Teigreifezeit findest Du auf Seite 42.

Teig-Zutaten

- ▶ 510 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 340 g Weizenmehl 1050
- ▶ 200 g Weizenmehl 550
- ▶ 60 g Roggenmehl 1150
- ▶ 30 g BROTGranulat Ackerbohne
- ▶ 14 g Frischhefe
- ▶ Spätere Zugabe
- ▶ 12 g Salz

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	
Getreide:	Weizen, Roggen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	bindig
Zeit gesamt:	3 Stunden
Zeit am Backtag:	3 Stunden
Backzeit:	40 Minuten
Starttemperatur:	240°C
Backtemperatur:	220°C nach 10 Minuten
Schwaden:	beim Einschießen

Jetzt bestellen!

www.brot-magazin.de

Backen INTERNATIONAL

FÜR EINSTEIGER + PROFIS
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 Açma

Grande mission
So gelingen Croissants

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

Brot Sonderheft

Ob Japan, Georgien oder Frankreich – gebacken wird auf der ganzen Welt. Dabei unterscheiden sich die einzelnen Gebäcke nicht nur in Zutaten und Zubereitung. Sie werden oft auch zu ganz speziellen Anlässen hergestellt.

BACKEN International – In 30 Rezepten um die Welt lädt ein zu einer kulinarischen Backreise rund um den Globus. Gelingsichere Rezepte und umfangreiche Step-by-Step-Anleitungen in Wort und Bild machen das neue Sonderheft aus der **BROT**Redaktion für Back-Neulinge zu einer Fundgrube der Köstlichkeiten. Das Magazin bietet aber auch routinierten Bäckerinnen und Bäckern Inspiration, Hintergrundwissen und jede Menge authentische Geschmackserlebnisse.

www.brot-magazin.de/einkaufen

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

Glossar

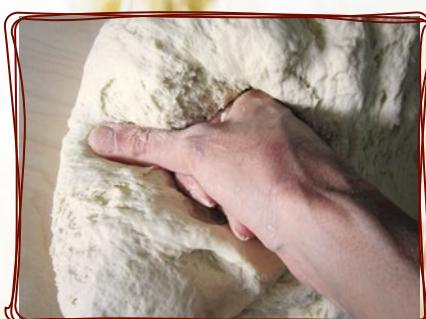


Altbrot – Auch Restbrot oder Aromabrot. In der Regel als Quellsstück genutzt, erfüllt Altbrot zwei wesentliche Funktionen: Es bringt mehr Aroma ins Gebäck und bindet sehr viel Flüssigkeit. Das sorgt für eine saftige Krume und längere Frischhaltung. Während des Gärprozesses stellt es den Mikroorganismen 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 Quellsstück. Steht Altbrot nicht zur Verfügung, kann man es durch Semmelbrösel ersetzen, die man kurz trocken in der Pfanne anröstet.

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

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

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



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

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

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

Brühstück – gehört zur Gruppe der Nullteige innerhalb der Vorstufen. Es dient der Verquellung 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> 

Dextrine – Dextrine sind Abbauprodukte von Stärke. Sie bilden sich beim Backen ab 150 Grad bei Abwesenheit von Wasser in der Kruste von Brot 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> 

Falten – siehe Dehnen und Falten



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

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

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

Hydration – 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 BROTRezepten handelt es sich um Weizenmehl 1050, wobei der Teig aber mit jedem beliebigen Mehl geführt werden kann. Bei jedem Einsatz wird ein kleiner Teil des Teiges zurückbehalten und wieder mit Wasser und Mehl im selben Verhältnis (37,5%/62,5%) aufgefrischt. Beim ersten Mal lässt man ihn 1 Stunde lang anspringen, bevor er abgedeckt im Kühlschrank weiter reift, nach dem Auffrischen kann er jeweils direkt in den Kühlschrank. Einsatzbereit ist der Vorteig immer dann, wenn er sein Volumen etwa verdoppelt hat. Einen ausführlichen Bericht zum Infinity-Vorteig gibt es in BROT Ausgabe 4/20.

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

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

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 Gärägase, andererseits biologisch durch Produktion von Gärägase über mikrobielle Prozesse. Welchen Anteil der biologische Faktor hat, bestimmt der Gärzustand des Teiglings (bei Vollgare überwiegt der physikalische Ofentrieb, bei knapper Gare überwiegt der biologische Ofentrieb).

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

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

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

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 eingeschlossen wird, verbessert man noch einmal die Hefeaktivität, was sich positiv auf die Krume auswirkt.



<http://tinyurl.com/ybnxlquw> 

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 Einschießen 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> 

Starter – siehe Anstellgut

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

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



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

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

$$100 \times (\text{Wassermenge} + \text{Mehlmenge}) / \text{Mehlmenge} = \text{TA}.$$

Das bedeutet zum Beispiel bei einem Teig mit 600 g Mehl und 450 g Wasser: $100 \times (450 + 600) / 600 = \text{TA } 175$.

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

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

Vollgare – Optimaler Gärzustand für Brote mit glatter (nicht aufgerissener) Kruste. Sie liegt zwischen Untergare und Übergare. Der Teigling hat ein großes Volumen, ist dennoch stabil und setzt bei Druck auf die Teighaut etwas Widerstand entgegen, 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

Darum geht es unter anderem:



● Grundkurs Brotbacken – Wie sich altes Brot klug verwerten lässt



● Der Twitch-Bäcker – Wie Pawel Bolt aus seiner Backstube sendet

BROT gibt es sechsmal jährlich.
Die nächste Ausgabe erscheint
am 17.03.2022

Digital-
Ausgabe
erhältlich ab
04.03.2022



● Sauerteig – Wie man ihn lange haltbar macht



● Kreative Oster-Bäckerei

HERAUSGEBER

Sebastian Marquardt, Tom Wellhausen

REDAKTION

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

LEITUNG REDAKTION/GRAFIK

Jan Schönberg

CHEFREDAKTION

Sebastian Marquardt (verantwortlich)

REDAKTION

Edda Klepp, Mario Bicher,
Vanessa Grieb, Jan Schnare

AUTORINNEN & AUTOREN

Bärbel Adelheim, Nadja Alessi, Silke Binte-Braun, Sebastian Brücklmaier, Michelle Deschner, Gerda Göttling, Edda Hein, Mareike Kriesten, Nadine Metz, Karl Oppenkamp, Stevan Paul, Margarete Maria Preker, Valesa Schell, Tanja Schlund, Anna Schmieden, Robert Schute, Dieter Stegmaier, Julia Stüber, Andrea Thode, Marta Ullmann, Stefanie Isabella Wenzel, Alexandra Wojna

FOTOS

Andrea Thode, stock.adobe.com;
aanbetta, Anastasia, Bruno Postigo,
callipso, Chepko Danil, domenicosmesut,
EllerGraaf, Event, Fabio, Exquisite,
goodluz, gustavofraza, hanusson,
HandmadePictures, IVASHstudio,
Janine Fretz Weber, katsrinshine,
kite_rin, maho, Maria, Marina Varnava,
Mariusz Blach, Photobeps, photoschmidt,
Pixelmixel, Printemps, rangizz, rdnzl,
Rido, Ro, tunedin, xquence, Zoran
Zeremski

VERLAG

Wellhausen & Marquardt
Mediengesellschaft B.R.
Mundsburger Damm 6
22087 Hamburg

GESCHÄFTSFÜHRER

Sebastian Marquardt
post@wm-medien.de

VERLAGSLEITUNG

Christoph Bremer

ANZEIGEN

Christoph Bremer (Leitung)
Julia Großmann, Sven Reinke

GRAFIK

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

ABO- UND KUNDENSERVICE

LesserService BROT
65341 Eltville
Telefon: 040/42 91 77-110
Telefax: 040/42 91 77-120
E-Mail: service@wm-medien.de

ABONNEMENT

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

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

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

EINZELPREIS

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

DRUCK

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

Gedruckt auf chlorfrei gebleichtem
Papier. Printed in Germany.

COPYRIGHT

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

HAFTUNG

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

BEZUG

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

GROSSO-VERTRIEB

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

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

Brot

DEUTSCHES
BROTINSTITUT e.V.

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

wellhausen
marquardt
Mediengesellschaft

Geballtes Wissen

BROTFibel Basis-Wissen

19,80 €
Artikel-Nr.: BASISFIB



Basis-Wissen

Rohstoffe, Techniken und Arbeitsschritte



Mit 14
Rezepten



Sauerteig

verstehen, ansetzen, pflegen und nutzen



Mit 12
Rezepten



Jetzt bestellen

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

Jetzt bestellen



Ein Brot mit luftiger, großporiger Krume, einer krachenden Kruste und vielfältigen Aromen und das, ohne den Teig zu kneten – im **BROTSONDERHEFT NO-KNEAD** zeigen wir, wie's geht. Die mehr als 40 Rezepte kommen ganz ohne elektrische Unterstützung aus. Der Teig wird einfach von Hand, mit Hilfe eines Kochlöffels oder anderer Küchenutensilien vermengt, sodass eine homogene Masse entsteht. Im nächsten Schritt braucht es vor allem eines: Zeit.

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