

Brot

# Brot

Gesund und bekömmlich backen



BESONDRE BROTE

Gebäcke kreativ  
gestalten

DAS PERFEKTE  
BAGUETTE

So gelingt es  
auch zuhause

BROT DES JAHRES

Kürbiskernbrot  
ist der Gewinner

DER VOLLE  
GESCHMACK

So kommt Aroma ins  
glutenfreie Gebäck

# Bärlauch-Saison

Kreative Rezepte für Bärlauch-  
Gebäcke und -Aufstriche

IM HEFT  
Mehr als  
**30 Rezepte**  
kreativ &  
gelingsicher



6,90 EUR

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

# Ab 23.3.23 erhältlich



In der privaten Bäckerei sind Brötchen und Kleingebäcke die größte Herausforderung. Einerseits sollen sie so voluminös und luftig werden wie bei den Profis, andererseits ohne Zugabe chemischer Backmittel auskommen. Das ist nicht ganz einfach – aber machbar. Mit einigen Tricks und Kniffen sowie den richtigen Rezepten gelingen auch daheim fantastische Brötchen, die vor allem mit hervorragendem Aroma überzeugen. Das neue **BROT**Sonderheft **Einfach Brötchen** zeigt, wie es geht. Mehr als 30 Rezepte für Brötchen, Ciabatte, Vinschgauer oder Knusperstangen sorgen für optische wie aromatische Abwechslung auf dem Tisch. Reich bebilderte Ratgeber-Texte erklären, wie die kleinen Gebäcke geformt werden und welche natürlichen Zutaten sowie Tricks für die perfekten Brötchen sorgen. Zum Einsatz kommen neben den klassischen Getreiden Weizen und Roggen auch ursprüngliche Sorten wie Dinkel oder Emmer.

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

# EDITORIAL

## Liebe Leserin, lieber Leser.

03/2023



Endlich Frühling! Ihn meine Lieblingsjahreszeit zu nennen, ist natürlich nicht so originell. Wer mag es nicht, wenn die Tage wieder länger, die Temperaturen höher sind, man ohne Jacke schnell mal auf die Straße gehen kann?

Ich spüre den Übergang der Jahreszeiten immer auch in der Küche. Während im Winter eher rustikale Laibe aus vollem Korn – gern auch mit hohem Roggenanteil – auf dem Backplan stehen, wird es im Frühling wieder heller. Dann dominieren Weizen und luftige Gebäcke.

Dabei zähle ich offen gestanden eher zu den Puristen. Mir genügen gute Mehle, Wasser, Salz. Ganz anders meine Kollegin Edda Klepp. Sie liebt das Experimentieren mit Gewürzen, Aromen und dem Besonderen. Schon lange hat sie sich auf diese Ausgabe gefreut, in der wir dem Bärlauch eine Bühne bereiten. Die würzige Pflanze gibt Gebäcke eine besondere Note und macht auch als Aufstrich eine gute Figur. Edda hat alles Wissenswerte dazu zusammengetragen und fantastische Rezepte gefunden.

Um Aroma geht es in dieser Ausgabe auch bei der glutenfreien Bäckerei. Die gilt ja oft als freudlos und fad. Dass es auch anders geht, zeigen wir regelmäßig. Diesmal tragen wir die wichtigen Parameter für schmackhafte glutenfreie Gebäcke zusammen. In erster Linie soll das zum Experimentieren anregen. Denn Rezepten zu folgen, führt relativ entspannt zu leckeren Ergebnissen. Spannend wird es, wenn man sich daran macht, sie nach persönlichem Gusto zu verändern oder gar eigene zu entwickeln.

Ähnlich ist es bei der Gestaltung von Broten. Was zunächst mit einem eleganten Schnitt beginnt, der dem Laib zeigt, wo er beim Backen aufreißen soll, entwickelt sich gelegentlich zu einer kreativen Leidenschaft. Plötzlich zählen Skalpell, Schablonen und verschiedenfarbiges Pulver zum Kücheninventar. Im

zweiten Teil ihres Artikels zeigt unsere Autorin Maike von Richthofen, wie man aus schmackhaften Gebäcken optisch spektakuläre Hingucker macht.

Hervorragender Geschmack und tolle Optik – das zeichnet auch perfekte Baguettes aus. Wie man die zuhause herstellt, zeigen wir in dieser Ausgabe. Und da (bewegte) Bilder manchmal mehr sagen als viele Buchstaben, gibt es begleitend einen Baguette-Backkurs in unserer **BROTAkademie**. In verschiedenen Online-Kursen vermitteln wir unter [brot-akademie.com](http://brot-akademie.com) wertvolles Wissen für das heimische Backen. Es lohnt sich, dort mal reinzuschauen.

Erstmal aber wünsche ich Dir viel Spaß, gute Unterhaltung und interessante Erkenntnisse bei der Lektüre dieses Heftes.

Herzliche Grüße

A handwritten signature in blue ink, appearing to read "Sebastian Marquardt".

Sebastian Marquardt, Chefredakteur

@brotmagazin

/BrotMagazin

brot-magazin.de

Unsere Facebook-Gruppe:

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

Euer BROT an:

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

BROTAkademie:

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

# Inhalt

03/2023

## Glutenfrei leben

- Geschmack und Abwechslung – so kommt Aroma in glutenfreie Teige

Seite 83

## Verschiedenes

Editorial

Seite 3

Neuheiten

Meldungen rund ums Backen und Genießen

Seite 6

Mühlen-Finder

Ausgewählte Adressen für gutes Mehl

Seite 20

Euer BROT

Was Leserinnen und Leser backen

Seite 48



14 Bärlauch-Mischbrot



15 Bärlauchknospen-Brot



16 Bärlauch-Kubaneh



18 Bergsteiger'l



19 Das Bärlige



20 Kardamom-Orangenpower



22 All-in-Ciabatta



29 Saaten-Schablonen-Brot



30 Meister Lampe



31 Rhabarber-Brot



32 Osterkranz



34 Mümmelmann-Gelee



35 Mandel-Nougat-Striezel



38 Kurt



40 Weikel



42 Helene



44 Milo



46 Schwabinsky



57 Sweet-Chili-Avocado-Baguette



62 Hopfensprossenbrötchen



74 Knusperteile



76 Ofengemüse mit Butterbröseln



78 Hackbraten „Double Cheese“



80 Schoko-Bananen-Kuchen „Flan“



87 Kürbiskern-Krusterl

# 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 erst später schluckweise nachschütteln, wenn der Teig zu trocken/fest bleibt.

## Zeitangaben

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

## Sauerteig

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

## Die Bewertung

Wir haben jedem Brot einen Schwierigkeitsgrad zugeordnet.

★☆☆ – einfaches Rezept

★★☆ – Rezept mit Anspruch

★★★ – sehr anspruchsvolles Rezept

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

## Fachbegriffe

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

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

 @brotmagazin

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

 /BrotMagazin

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

 BROTRezept-Suche: [www.brot-magazin.de/rezepte](http://www.brot-magazin.de/rezepte)

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

<b>Inspiration</b>	<b>Seite 54</b>
Alles rund ums Brot: Bücher, Blogs, Instagram & Co.	
<b>BROTLaden</b>	<b>Seite 68</b>
Nützliche Produkte fürs heimische Backen	
<b>Shopfinder</b>	<b>Seite 73</b>
Onlineshops empfehlen sich	
<b>Glossar</b>	<b>Seite 95</b>
<b>Vorschau/Impressum</b>	<b>Seite 98</b>

## Selbst ist das Brot

- **Mit Bärlauch backen –**  
Frühlingsbote im und auf dem Brot **Seite 10**
- **Besondere Brote, Teil 2 –**  
optisch herausstechende Gebäcke gestalten **Seite 24**
- **Das perfekte Baguette –**  
französische Backkultur für Zuhause **Seite 58**

## Brot & die Welt

- **Das Brot des Jahres –**  
liebend gerne Kürbiskerne **Seite 36**
- Laib mit Seele –**  
eine kulinarische Reise zu Handwerksbäckereien **Seite 52**
- Der Klosterbäcker –**  
wie Stefan Heins eine alte Backstube rettete **Seite 64**



88 Bärlauch-Röllchen



89 Bärlauch-Pesto



90 Hirselamm



91 Osterblatz



92 Flottes Mörchen



93 Buttermilch-Ruch

● Titelthemen

● Speed-Baking

● Glutenfrei

● Bärlauch-Spezial

● Oster-Spezial



Titelbild: [stock.adobe.com](http://stock.adobe.com) – exclusive-design

Mit dem **Kräuter-Butter-BBQ-Trio** möchte Hersteller Meggle die diesjährige Grillsaison einläuten. In dem Set befinden sich je zweimal separat verpackt die Sorten BBQ-Butter und die Meggle Kräuter-Butter Original. Hinzukommt ein Päckchen Pfeffer-Butter. Die Portionsgröße beträgt jeweils 20 Gramm. Der Preis: 2,50 Euro.

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



# Neuheiten



Im Avocadostore gibt es verschiedene **Dutch Oven** von BBQ Nerds. Der Hersteller verspricht vielfältige Einsatzmöglichkeiten vom Auflauf bis zum Brot auf sämtlichen Herdarten, Öfen und Grills. Den Topf in Kastenform mit Deckel gibt es in der Ausführung mit 3 Liter, 5,5 Liter sowie 10,8 Litern Fassungsvermögen. Ab 49,50 Euro sind die Produkte erhältlich.

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

Das neue **Brotschneidebrett Comfort Plus** ist laut Hersteller Zassenhaus robust und spülmaschinenfest. Gefertigt aus Holzfiberlaminat, einem Verbundwerkstoff auf Basis von Holz-Zellulosefaser, soll es bis 176°C temperaturbeständig sein und verfügt über eine Krümelrille. Das Brett misst 42 Zentimeter in der Länge und 27,5 Zentimeter in der Breite. Das Gewicht beträgt 1,38 Kilogramm. Der Preis: 54,99 Euro.

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



Häussler hat neue **Mehlschablonen** im Sortiment. Sie sind aus 0,8-Millimeter-Edelstahl gefertigt und spülmaschinenfest. Vor dem Einschießen wird die Schablone auf den Teigling gedrückt. Dann stäubt man das Mehl per Einhandmahlssieb auf. Es wird mitgebacken und soll sich laut Hersteller gut mit dem Teig verbinden. Folgende Motive sind verfügbar: Zweig, Ähren, Tulpen, Blüte, Herzen. Der Preis beträgt jeweils 13,49 Euro.

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

Die **Bio-Kokos-Schokocreme** von Dayo Coco gibt es im 280-Milliliter-Glas. Der Hersteller verspricht einen cremigen Schokoladenauflstrich mit leichter Kokosnuss-Note. Hergestellt wird dieser aus Bio-Agavensirup, Bio-Kokosmus und Bio-Kakaopulver. 5,90 Euro kostet die Creme.

 [dayo-coco.de](http://dayo-coco.de)



Die 2.000 Watt Leistung der Bella Elegance **Küchenmaschine** von Klarstein lassen sich in sechs verschiedenen Stufen abrufen. In der 5,2-Liter-Edelstahlschüssel kann eine maximale Teigmenge von 2 Litern durch Knet- und Rührhaken sowie Schneebesen bearbeitet werden. Saugfüße sorgen laut Hersteller für einen sicheren Stand des Gerätes – und durch einen Entriegelungsmechanismus für den hochklappbaren Multifunktionsarm soll ein leichteres Handling ermöglicht werden. Die Maschine wiegt zirka 6,2 Kilogramm. Während die Rührelemente aus Aluminium bestehen, ist die Schüssel aus Edelstahl und das Gehäuse aus Kunststoff hergestellt. Der Preis: 138,99 Euro.



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

 [shop.sauerteig.de](http://shop.sauerteig.de)

Der neue Böcker **Reinzucht-Sauerteig Bio** soll dank ausgewählter Milchsäurebakterien und Sauerteighefen eine stabile Vorteigqualität gewährleisten. Mit einer Haltbarkeit von drei Monaten ist der Starter auch mit langer Lieferzeit einsetzbar. Laut Hersteller handelt es sich um einen milden Sauerteig, der sich vor allem für Weizen- und Weizennmischgebäcke eignen soll. Der Preis: 5,39 Euro.



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

Alnatura bietet einen **veganen Paprika-Aufschmitt nach Lyoner Art** an und verspricht Bio-Qualität. Das Produkt aus Erbsenprotein und 15 Prozent Paprika ist laut Angaben des Herstellers mild-aromatisch gewürzt und ohne Zuckerzusatz hergestellt. Auch eine Classic-Version ohne Paprika bietet Alnatura an. Beides gibt es in der 80-Gramm-Packung für 1,89 Euro.



Bis zu 10 Kilogramm kann die **digitale Edelstahl-Küchenwaage** von Rosenstein & Söhne laut Hersteller grammgenau abwiegen. Sie verfügt über ein ausziehbares LCD-Display und misst 24 x 18 Zentimeter. Man kann zwischen Gramm, Pfund, Unze sowie Milliliter wählen. Die Stromversorgung erfolgt über eine Knopfzelle des Typs CR2032. Für 16,99 Euro ist die Waage zu haben.

 pearl.de



 avocadostore.de



Neu im Avocadostore ist ein **Servierbrett mit vier Porzellanschalen** für Dips. Diese sind ins Holz eingelassen, um nicht zu verrutschen. Das Brett aus Olivenholz misst 30 bis 35 Zentimeter und ist zirka 15 bis 20 Zentimeter breit. Die etwa 5 Zentimeter hohen Schalen mit einem Durchmesser von rund 8 Zentimetern sind spülmaschinenfest. Der Preis beträgt 59,95 Euro.

Das neue **BROT**Sonderheft trägt den Titel „**Einfach Brötchen**“. Mit besonderem Augenmerk auf den Frühstückstisch, widmet sich die **BROT**Redaktion Brötchen und Kleingebäck. Neben mehr als 30 gelingsicheren, aromatischen Rezepten gibt es in dem Heft alle Tricks und Kniffe, damit das Gebäck mit natürlichen Zutaten luftig, knackig und geschmackvoll wird. Neben der Formgebung geht es im neuen Sonderheft außerdem noch um Grundlagen für den perfekten Fruchtaufstrich. So werden weder das Backen noch das Frühstück langweilig. Der Preis beträgt 9,90 Euro.

 brot-magazin.de/einkaufen



 zwilling.com



Mit dem Zwilling Enfinigy möchte der Hersteller einen leistungsstarken **Mixer** mit neun Geschwindigkeitsstufen anbieten. Dieser hat eine Klinge mit Piranha-Zahnung sowie eine Glockenform, die gutes Handling ermöglichen soll. Eine Soft-Start-Funktion ist dazu gedacht, das Spritzen beim Mixen zu unterbinden. Der Handmixer hat einen 800-Watt-Motor und ein 1,2 Meter langes Kabel. Der Stab besteht aus Edelstahl. Im Lieferumfang enthalten ist eine Zwilling Fresh & Save-Vakuumpumpe mit kompatiblen 600-Milliliter-Mixbecher. Der Preis liegt bei 119,- Euro.

Den **gusseisernen Bräter** der Serie Ballarini Bellamonte für alle Herdarten, inklusive Induktion, gibt es in diversen Größen von Zwilling. Der Hersteller wirbt mit einer kratzfesten Emaillebeschichtung und Feuchtigkeitsverteilung durch die Struktur im Deckel. Der Bräter soll spülmaschinengeeignet sein. Es gibt beispielsweise eine runde Variante in den Größen 24 und 28 Zentimeter oder einen ovalen Bräter in den Größen 29, 33 sowie 37 Zentimeter. Ab 169,- Euro sind die Produkte der Ballarini Bellamonte Serie erhältlich.

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



Mit der **Back- und Arbeitsmatte Pad** möchte der Hersteller Gefu den Schutz von Arbeitsflächen beim Kneten und Teigausrollen gewährleisten. Hinzu kommen Messskalen für runde und eckige Formen. Das Produkt besteht aus Silikon- und Glasfaserstoff, ist bis 230 Grad hitze- sowie bis -40 Grad kältebeständig und soll aufgerollt platzsparend verstaubar sein. Der Preis liegt bei 24,95 Euro.

Neu von Häussler ist die **Gärkorb-Bürste** aus Buchenholz. Dank gebogener Formgebung sollen sich Gärkörbe damit optimal trocken reinigen lassen. Laut Hersteller können so Mehrlückstände unkompliziert abgebürtet werden.

Der Preis: 12,99 Euro.



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



33 Prozent Mango- und 17 Prozent Pfirsich-Anteil beinhaltet die **Mango-Pfirsich-Konfitüre** von Bonne Maman. Der süße Aufstrich im 370-Gramm-Glas mit dem klassischen rot-weiß karierten Deckel des Herstellers kostet 3,99 Euro.

 [bonne-maman.de](http://bonne-maman.de)

Anzeige



**MANZ**<sup>®</sup>  
DEUTSCHE ■ BACKOFEN ■ MANUFAKTUR

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



*Backen Sie bei uns im Mitmach-Seminar und überzeugen Sie sich von hervorragenden Backergebnissen!*

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



Text: Edda Klepp

Frisch und würzig

# Bärlauch ins Brot

Zwischen März und Mai sprießen die Pflanzen des Bärlauchs aus dem Boden und verleihen der frischen Waldluft aromatisches Knoblauchflair. Das Lauchgewächs – auch Hexenzwiebel, Hundsknobauch oder Ramsen genannt – liebt nährstoffreiche, feuchte Böden und kann bis zu einem halben Meter hoch wachsen. Als Zutat verleihen seine Blätter Gebäcken eine kräftig-würzige Note. Auch als Brotaufstrich oder Zutat beim Kochen findet Bärlauch Verwendung.





Bärlauch zählt wie Knoblauch und Zwiebel zur Familie der Amaryllisgewächse

**E**s liegt was in der Luft in den Wäldern zwischen März und Mai: der aromatische Duft des Bärlauchs. Die Pflanze, eng mit Schnittlauch, Zwiebel und Knoblauch verwandt, ist in Europa und Teilen Asiens weit verbreitet. Auch im deutschsprachigen Raum schießen ihre zart-grünen Blättchen ab März durch den Waldboden. Spätestens im Mai steht der Bärlauch dann in voller Blüte und mischt seinen Geruch mit der frischen Waldluft.

### Kulinарische Beigabe

Bärlauch ist, je nach Region, unter verschiedenen Namen bekannt: Mal ist von Bärenlauch die Rede, dann wieder heißt er wilder Knoblauch, Hexenzwiebel, Hundsknoblauch

oder Ramsen sowie Wald-, Rinsenkoblauch oder Knoblauchspinat. Sowohl die Blätter als auch die Blüten des Bärlauchs sind genießbar. Die Blätter können in der Küche zum Beispiel zu Bärlauch-Pesto, Suppen und Soßen, als Salatbeigabe oder auch in Füllungen sowie zur Gemüse-Beilage des Hauptgerichts gereicht werden.

Bärlauch-Blüten eignen sich unter anderem als würzende Zutat in Essig sowie Öl oder, sofern die Knospen noch nicht aufgegangen sind, als „falsche Kapern“ zu Fisch und Fleisch. Und selbst die Bärlauch-Samen finden Verwendung. Sie werden zunächst getrocknet und dann vermahlen, um sie wie grünen Pfeffer über Gerichte zu streuen. Im und auf Brot verleiht die Zutat einer Mahlzeit ebenfalls ordentlich Würze.



Die vielseitige Pflanze lässt sich zu zahlreichen Speisen verarbeiten, zum Beispiel zu leckerem Pesto



Zwischen März und Juni ist die übliche Erntezeit der Lauchpflanzen

### Pflanzen-Familie

Botanisch zählt Bärlauch, wie sein Name bereits vermuten lässt, zu den Lauchgewächsen



Nicht nur im, sondern auch auf dem Brot macht Bärlauch eine gute Figur

(Allium) und ist somit Teil der Unterfamilie der Amaryllisgewächse (Amaryllidaceae), auch Narzissengewächse genannt. Typisch für sie sind die meist weißen, gelben oder rot-violetten Blüten, die an einem blattlosen Stängel wachsen. Die bis zu 20 Blüten einer Bärlauchpflanze sind weiß und bilden am Ende des Stängels einen doldenartigen Blütenstand.

Die Bärlauch-Blätter, die aus einer schlanken Zwiebel emporwachsen, werden um die 20 Zentimeter lang und zwischen zwei und fünf Zentimeter breit. Sie haben eine leicht elliptische Form und riechen lauchartig. Insgesamt erreicht die Pflanze in Ausnahmefällen eine Höhe von bis zu einem halben Meter. Sie liebt schattige Plätze sowie humusreiche Böden und breitet sich schnell aus, sodass eine größere „Bärlauch-Kolonie“ oft wie ein einziges grünes Kissen auf dem Waldboden erscheint.

Bei der Ernte empfiehlt es sich, nicht alles komplett abzuschneiden, sondern wenigs-



Auch für Kleingebäck ist Bärlauch als besondere Zutat bestens geeignet

tens die Hälfte der Blätter stehen zu lassen, sodass die Pflanzen im kommenden Jahr wieder kraftvoll austreiben können. Nach der Ernte ist Bärlauch etwa ein bis zwei Tage haltbar, die Blätter und Blüten lassen sich problemlos einfrieren oder zum Beispiel in Olivenöl einlegen, um später auf sie zurückzugreifen.

## Ähnlichkeit zu Maiglöckchen

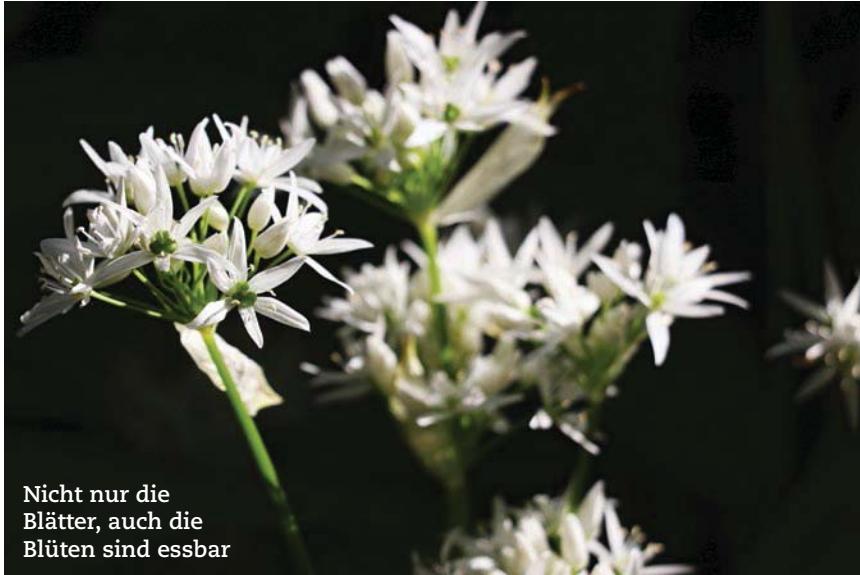
Optisch ähnelt die Bärlauchpflanze aufgrund der sehr ähnlichen Blätter den Maiglöckchen. Maiglöckchen sind für Menschen allerdings giftig und sollten daher auf keinen Fall gegessen werden. Die Verwechslung kann im schlimmsten Fall tödlich enden. Für Laien sind die Gewächse nicht immer leicht zu unterscheiden.



Brot mit Bärlauch gibt die Blätter ein besonderes Aroma, das an Knoblauch erinnert

Ein wesentliches Unterscheidungsmerkmal sind Blattfarbe- und -wuchs: Die Blätter des Bärlauchs sind an der Unterseite mattgrün und wachsen an einem Blattstiel einzeln aus dem Untergrund. Die Blattunterseite der Maiglöckchen hingegen ist glänzend, außerdem wachsen zwei bis drei Blätter aus einem Spross. Wer ein Bärlauch-Blatt zwischen den Fingern reibt, wird zudem sofort den typischen Lauch-Geruch erkennen.

Bei Unsicherheit gilt es jedoch, besser von der Ernte Abstand zu nehmen. Denn auch wenn verschiedene Pflanzen eng nebeneinander stehen, in diesem Fall also Bärlauch und Maiglöckchen, kann der knoblauchartige Geruch an den anderen Blättern hängen bleiben. Besser ist es, im Wald nach Bärlauch zu suchen, der nicht in der Nähe von Maiglöckchen wächst. Alternativ findet man frischen Bärlauch in der Saison zwischen März und Mai auch auf Märkten.



Nicht nur die Blätter, auch die Blüten sind essbar

## Selbst anbauen

Oder man zieht ihn im eigenen Garten gleich selbst. Hierfür genügen meist schon wenige Pflanzen aus dem Gartenfachhandel, da sie sich sehr schnell ausbreiten. Alternativ sind Pflanzen-Zwiebeln erhältlich, die man etwa zwei Zentimeter tief an einem schattigen Platz in die humusreiche Erde setzt und mit Wasser versorgt.

Aufwändiger ist die Anzucht aus Saatgut, da Bärlauch zum Sprießen einen Kältereiz benötigt, also auf Frost angewiesen ist. Idealerweise sät man ab Spätherbst bis in den

Februar, wenn noch Kälteperioden zu erwarten sind. Die Samen kommen etwa einen Zentimeter tief in die Erde und müssen gut angefeuchtet werden. Anschließend ist Geduld gefragt, denn die Keimzeit von Bärlauch beträgt bis zu zwei Jahre.

Für spontane Brot-Kreationen liegt der Gang in den nahen Wald oder auf den Markt daher meist näher. So kann die aromatische Zutat schnell und unkompliziert verarbeitet werden, sodass sie direkt im Broteig landet und der typische Bärlauch-Duft nun auch durch die eigene Wohnung zieht. ■



Verwechslungsgefahr besteht bei Maiglöckchen, da sich die Blätter beider Pflanzen stark ähneln

## Beste Teige für Ihre Brote



NOVA



Gär-boxen



## Teigknetmaschinen und Zubehör

Guter Teig ist die Voraussetzung für gute Brote. Mit der kraftvollen Knetmaschine von Häussler gelingen beste Teige. Holen Sie sich echte Profi-Technik nach Hause. Dazu passend finden Sie bei uns Gärboxen, Gärfolien, Backformen, Brotschieber und alles Weitere zum Backen.

Gratis Katalog anfordern:  
[www.backdorf.de](http://www.backdorf.de)

88499 Heiligkreuztal  
Telefon 0 73 71/93 77-0



## Vorteig

- 120 g Wasser (kalt)
- 75 g Roggenmehl Vollkorn
- 75 g Weizenmehl 1050
- 30 g Essig
- 2 g Frischhefe

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt für 14-18 Stunden in den Kühlschrank stellen.



## Quellstück

- 125 g Wasser (kalt)
- 40 g Roggenschrot (mittel)
- 50 g Sonnenblumenkerne
- 30 g Leinsaat

Die Zutaten mit dem Wasser übergießen und zugedeckt für 14-18 Stunden in den Kühlschrank stellen.

## Hauptteig

- Vorteig
- Quellstück
- 190 g Wasser (kalt)
- 170 g Dinkelmehl 630
- 100 g Weizenmehl 550
- 80 g Roggenmehl Vollkorn
- 50 g Buchweizenmehl
- 40 g Bärlauch (gehackt)
- 12 g Salz

### Tipp

1 g Frischhefe entspricht etwa der Größe einer Kichererbse. Topfbrote können auch freigeschoben gebacken werden, man sollte sie dann aber schwaden. Um Buchweizenmehl zu ersetzen, kann man auch die Dinkel- oder Weizenmehlmenge um 50 g erhöhen.



Die herben Aromen des Roggens und Buchweizens geben dem Mischbrot eine kräftige Note. Zusammen mit der fluffigen Krume aus Weizen- sowie Dinkelmehl erhält man ein vielseitiges Gebäck, dem Bärlauch geschmacklich noch würzigen Pfiff verleiht. Besonders gut schmeckt es zu pikantem und Kräuterfrischkäse sowie zu vielen weiteren vegetarischen Brotaufstrichen.

● Alle Zutaten auf langsamer Stufe 7 Minuten mischen, dann auf schnellerer Stufe 5 Minuten kneten. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur 3-4 Stunden ruhen lassen, dabei nach 60, 120 und 180 Minuten jeweils einmal dehnen und falten.

● Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, rundwirken und mit Schluss nach oben in einem bemehlten Gärkörbchen zugedeckt bei Raumtemperatur 60 Minuten zur Gare stellen.

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

● Den Teig sanft aus dem Gärkorb stürzen, einschneiden und in den vorgeheizten Topf geben. Mit geschlossenem Deckel in den Ofen geben, die Temperatur sofort auf 200°C reduzieren und 40 Minuten backen. Den Deckel abnehmen, den Ofen ausschalten und weitere 10 Minuten im Backraum belassen. ■

Schwierigkeitsgrad:	
Getreide: Roggen, Weizen, Dinkel	
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	mittelfest
Zeit gesamt:	20-25 Stunden
Zeit am Backtag:	5-6 Stunden
Backzeit:	50 Minuten
Starttemperatur:	220°C
Backtemperatur:	200°C sofort, nach 40 Minuten Herd ausschalten
Schwaden:	nein



Rezept &amp; Bild: Matthias Loidl

@brohandwerker

/matthias.loidl

brohandwerker.de

## Bärlauchknospen-Brot

Nicht nur die Blätter des Bärlauchs, auch seine Knospen lassen sich als Zutat in Brot verwenden. Sie besitzen eine angenehme Schärfe, haben dabei aber einen feineren Geschmack als das Grün. Wenn man die Brotscheiben röstet, entfalten sich die Aromen noch besser. Das Brot wird außen schön rösch und bleibt innen saftig. Es passt zu allen pikanten Belägen und eignet sich hervorragend als Beilage zum Grillen.

● Alle Zutaten – außer Bärlauchknospen, Salz, Essig und Hefe – auf langsamer Stufe 5 Minuten mischen, dann zugedeckt bei Raumtemperatur 45 Minuten gehen lassen.

● Die restlichen Zutaten hinzugeben, den Teig auf langsamer Stufe 12 Minuten kneten und dann zugedeckt bei Raumtemperatur 30 Minuten ruhen lassen, dabei nach 15 Minuten einmal dehnen und falten.

● Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, rundwirken und mit Schluss nach oben in einem bemehlten Gärkörbchen zugedeckt bei Raumtemperatur 45 Minuten zur Gare stellen.

Schwierigkeitsgrad:	★★★
Getreide:	Weizen, Hartweizen
Triebmittel:	Hefe, Sauerteig
Teigkonsistenz:	fest, bindig
Zeit gesamt:	16-18 Stunden
Zeit am Backtag:	3,5 Stunden
Backzeit:	60 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	200°C nach 15 Minuten
Schwaden:	beim Einschießen



### Zeitraster

18.00 Uhr  
Vorteig & Kochstück  
ansetzen

Nächster Tag  
8.00 Uhr

Hauptteig ansetzen  
Bärlauchknospen  
vorbereiten

9.15 Uhr  
Bärlauchknospen  
und restliche  
Zutaten zugeben

10.00 Uhr  
Brot  
formen

10.20 Uhr  
Ofen  
vorheizen

10.50 Uhr  
Backen

11.50 Uhr  
Brot fertig

## Vorteig (Biga)

► 115 g Wasser (lauwarm)

► 200 g Weizenmehl 1050

► 1 g Frischhefe

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten anspringen lassen, dann für 10-12 weitere Stunden in den Kühlschrank stellen.

## Kochstück

► 270 g Wasser

► 145 g Hartweizengrieß

Die Zutaten gründlich mischen, kurz aufkochen lassen, dann vom Herd nehmen und zugedeckt bei Raumtemperatur 12-14 Stunden quellen lassen.

## Bärlauchknospen

► 110 g Bärlauchknospen (ohne Stiele, entspricht zirka 230 Stück)

► 35 g Butterschmalz

Spätere Zugabe

► 25 g Honig

Butterschmalz in einer Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen und die Knospen unter ständigem Wenden etwa 5 Minuten darin dünsen. Die Pfanne vom Herd ziehen und den Honig untermischen, bis er gleichmäßig mit den Knospen vermengt ist. Die Knospen zugedeckt bei Raumtemperatur zirka 60 Minuten abkühlen lassen.

## Hauptteig

► Vorteig

► Kochstück

► 200 g Weizenmehl 550

► 90 g Anstellgut

Spätere Zugabe

► Bärlauchknospen

► 13 g Salz

► 10 g Essig

► 6 g Frischhefe

### Tipp

1 g Frischhefe  
entspricht etwa  
der Größe einer  
Kichererbse.



# Bärlauch-Kubaneh

## Aromabutter

- 380 g Butter (weich)
- 145 g Bärlauchblätter (fein gehackt)
- 2 g Pfeffer (frisch gemahlen)
- Saft 1/2 Zitrone

Die Zutaten gründlich mischen und in einem luftdichten Gefäß verschließen. Gekühlt gelagert ist die Aromabutter mehrere Tage haltbar.



## Vorteig (Poolish)

- 150 g Wasser (lauwarm)
- 150 g Weizenmehl 1050
- 1 g Frischhefe

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten anspringen lassen, dann für weitere 10 Stunden in den Kühlschrank stellen.

## Hauptteig

- Vorteig
- 140 g Wasser (kalt)
- 350 g Weizenmehl 550
- 180 g Aromabutter (sehr weich)
- 30 g Rohrzucker
- 7 g Frischhefe

### Spätere Zugabe

- 16 g Salz
- 360 g Aromabutter (sehr weich)
- 180 g Haselnüsse (grob gemahlen, geröstet)

### Topping

- 20 g Haselnüsse (grob gehackt)

Mit Bärlauch lassen sich zahlreiche klassische Gebäcke abwandeln. Bei Kubaneh handelt es sich um ein traditionelles, jemenitisch-jüdisches Sabbatbrot. In dieser Variante werden als besondere Zutaten Bärlauch-Aromabutter und Haselnüsse verwendet. Das Brot wird zum Frühstück oder Brunch gereicht. Am besten schmeckt es noch lauwarm.

● Alle Zutaten – außer Salz, Haselnüsse und 360 g Aromabutter – auf langsamer Stufe 4 Minuten mischen, dann zugedeckt bei Raumtemperatur 15 Minuten ruhen lassen.

● Das Salz zum Teig geben und auf schneller Stufe 6 Minuten unterkneten, weitere 15 Minuten zugedeckt bei Raumtemperatur ruhen lassen.

● Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, rundwirken und mit Schluss nach unten zugedeckt bei Raumtemperatur 60 Minuten zur Gare stellen.

● Den Teig in 8 gleich große Teile à zirka 85 g teilen und diese jeweils rundschleifen (Bild 1).

● Die Arbeitsfläche mit Aromabutter bestreichen, die Teigkugeln mit Schluss nach unten darauf ablegen und zugedeckt bei Raumtemperatur weitere 45 Minuten gehen lassen.

● Unterdessen eine Bratpfanne mit hohem Rand (zirka 24 cm Durchmesser, alternativ Bräter oder gusseisernen Topf) reichlich mit Aromabutter ausstreichen.



**1**  
Die 8 Teiglinge werden zunächst rundgeschliffen



**2**  
Jeden Teigling zu einem Fladen drücken und mit gemahlenen Haselnüssen bestreuen



**3**  
Die Seiten des Fladens werden nun zur Mitte hin eingeschlagen



**4**  
Den eingeschlagenen Fladen nochmals bestreuen und dann straff zu einem Zylinder aufrollen



**5**

Die Zylinder in der Mitte durchschneiden und mit der Schnittfläche nach oben in die Pfanne legen

● Einen Teigling auf der mit Aromabutter bestrichenen Arbeitsfläche mit den Fingerspitzen etwas flachdrücken und von innen nach außen zu einem sehr dünnen Teigfladen von etwa 25-28 cm Durchmesser ausdehnen. Den Fladen jeweils mit etwa 20 g Aromabutter einpinseln und etwa 15 g gemahlenen Haselnüssen bestreuen (Bild 2).

● Ein Drittel des Teiges zur Mitte hin einschlagen und das andere Drittel darüber klappen (Bild 3). Diesen nun dreilagigen Teig wieder mit etwas Aromabutter einstreichen und mit gemahlenen Haselnüssen bestreuen.

● Das Teigpäckchen von der schmalen Seite beginnend straff zu einem Zylinder aufrollen (Bild 4), den Zylinder mit einem scharfen Messer in der Mitte durchschneiden und die zwei Teile mit der Schnittfläche nach oben in die Pfanne legen (Bild 5).

● Mit den weiteren 7 Teigkugeln ebenso verfahren und die insgesamt 16 eingerollten Teiglinge regelmäßig in der Pfanne verteilen. Die Pfanne zudecken und bei Raumtemperatur 30 Minuten zur Gare stellen.

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

● Die Teigoberfläche mit der restlichen Aromabutter einpinseln und den grob gehackten Haselnüssen für das Topping bestreuen.

● Die Pfanne in den Ofen geben und 10 Minuten backen. Die Temperatur auf 160°C reduzieren und weitere 55 Minuten fertig backen. Anschließend 10 Minuten im ausgeschalteten Ofen bei leicht geöffneter Ofentür nachziehen lassen. ■

### Tipp

1 g Frischhefe entspricht etwa der Größe einer Kichererbse.

Rezept & Bilder: Matthias Loidl

@brothandwerker

/matthias.loidl

brothandwerker.de

Schwierigkeitsgrad:

★★★

Getreide:

Weizen

Triebmittel:

Hefe

Teigkonsistenz:

fest

Zeit gesamt: 16-18 Stunden

Zeit am Backtag: 4-6 Stunden

Backzeit: 65 Minuten

Starttemperatur: 180°C

Backtemperatur: 160°C  
nach 10 Minuten

Schwaden: nein

**BÄRLAUCHSALZ****Zutaten**

- 100 g Salz (grobkörnig)
- 50 g Bärlauch (frisch)
- Den Ofen auf 40-50°C Umluft vorheizen.  
Den Bärlauch waschen, trocken tupfen, in kleine Stückchen schneiden und mit etwas Abstand auf einer Dauerbackfolie (alternativ Backpapier) verteilen.
- Das Blech in den Ofen geben und die Blätter austrocknen lassen.
- Den getrockneten Bärlauch im Mixer mit dem Salz vermengen, in kleine Gläser füllen und gut verschließen. Das Bärlauchsatz hält sich mehrere Jahre.

**Teig-Zutaten**

- 375 g Wasser (eiskalt)
- 200 g Weizenmehl 550
- 150 g Weizenmehl Vollkorn
- 100 g Dinkel-Ruchmehl (alternativ Dinkelmehl 1050)
- 50 g Roggenmehl 1150
- 2 g Frischhefe
- Spätere Zugabe**
- 75 g Frischkäse (körnig)
- 12 g Bärlauchsatz (alternativ Salz)
- 10 g Olivenöl
- 1-3 g Essig

Rezept & Bild:  
Gerda Göttling

**Tipp**

1 g Frischhefe entspricht etwa der Größe einer Kichererbse. Alternativ kann der Bärlauch auch im Dörrautomaten für 2,5-3 Stunden getrocknet werden. Man kann auch den Ofen auf 40-50°C Ober-/Unterhitze aufheizen und den Bärlauch dann bei leicht geöffneter Backofentür (zum Beispiel durch einen eingeklemmten Holzlöffel) austrocknen lassen.



Schwierigkeitsgrad:	★★★
Getreide:	Weizen, Dinkel, Roggen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	fest, bindig
Zeit gesamt:	22-31 Stunden
Zeit am Backtag:	3,5 Stunden
Backzeit:	60 Minuten
Starttemperatur:	230°C
Backtemperatur:	210°C nach 15 Minuten
Schwaden:	beim Einschießen

**Zeitraster**

17.00 Uhr  
Hauptteig ansetzen

20.00 Uhr  
Teig in den Kühlschrank stellen

Nächster Tag  
13.00 Uhr  
Brot formen

14.30 Uhr  
Ofen vorheizen

15.00 Uhr  
Backen

16.00 Uhr  
Brot fertig

# Bergsteiger'l

Weizen, Dinkel und Roggen geben dem Bergsteiger'l-Brot seine rustikale Kruste und sorgen für kräftigen Geschmack. Eine leckere Stärkung ist es zum Beispiel nach einem Wandertag, ganz frisch aus dem Ofen mit Butter, Schinken oder Käse. Selbst nach zwei Tagen ist der Laib noch saftig, sodass er perfekt für längere Ausflüge ist.

● Alle Zutaten – außer Frischkäse, Salz, Öl und Essig – auf langsamer Stufe 3 Minuten mischen.

● Den Frischkäse hinzufügen und den Teig auf schnellerer Stufe 3 Minuten kneten.

● Salz, Öl und einen Spritzer Essig hinzufügen und auf schnellerer Stufe 1 Minute unterkneten. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur 2-3 Stunden zur Gare stellen, dabei nach 60 und 120 Minuten jeweils einmal dehnen und falten. Im Anschluss für 16-24 Stunden in den Kühlschrank stellen.

● Am Backtag den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und zu einem länglichen Laib formen. In einem gut bemehlten Gärkörbchen mit Schluss nach unten 120 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.

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

● Den Teigling sanft aus dem Gärkorb stürzen, einschneiden, in den Ofen geben und sofort schwaden. Nach 15 Minuten die Temperatur auf 210°C senken und weitere 45 Minuten backen. ■



# Das Bärnlige

## Sauerteig

- ▶ 100 g Wasser (warm)
  - ▶ 100 g Dinkelschrot (fein, alternativ Dinkelmehl Vollkorn)
  - ▶ 30 g Anstellgut
- Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt bei Raumtemperatur 8-12 Stunden gehen lassen.



## Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 350 g Wasser (kalt)
- ▶ 400 g Weizenmehl 1050
- ▶ 100 g Dinkelmehl Vollkorn
- ▶ 12 g Salz
- Spätere Zugabe**
- ▶ 15 g Bärlauch (gehackt)

### Topping

- ▶ 1 Bärlauchblatt

Rezept & Bild: Bärbel Adelhelm

Die Würze des wilden Lauchs passt sehr gut zu dem leicht gesäuerten Teig des Weizen-Dinkel-Brotes. Noch runder wird der Geschmack mit einer kräftigen Scheibe Käse oder Wurst, denn das Gebäck eignet sich bestens für eine deftige Brotzeit. Ob Bier, Wein oder Limo – das passende Getränk findet sich schnell und das Bärlauch-Sauerteigbrot sorgt beim Essen für beste Gesellschaft.

● Alle Zutaten – außer Bärlauch – auf langsamer Stufe 5 Minuten mischen, dann auf schnellerer Stufe 2 Minuten kneten.

● Bärlauch hinzugeben und auf langsamer Stufe 1 Minute unterkneten. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur zirka 6 Stunden gehen lassen, bis sich das Volumen etwa verdoppelt hat.

● Den Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben, rundwirken und mit Schluss nach oben in einem bemehlten Gärkörbchen zugedeckt bei Raumtemperatur 60-90 Minuten zur Gare stellen.

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

● Den Teigling sanft aus dem Gärkörbchen stürzen, die Oberfläche leicht befeuchten und das Bärlauchblatt als Topping auflegen.

● Den Laib einschneiden, in den Ofen geben und unter Schwaden 10 Minuten backen. Die Temperatur auf 210°C reduzieren und 30-40 Minuten fertig backen. ■

Schwierigkeitsgrad:	★★★
Getreide:	Weizen, Dinkel
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	mittelfest
Zeit gesamt:	16-19 Stunden
Zeit am Backtag:	8-9 Stunden
Backzeit:	40-50 Minuten
Starttemperatur:	240°C
Backtemperatur:	210°C nach 10 Minuten
Schwaden:	beim Einschießen



## Zeitraster

21.00 Uhr  
Sauerteig ansetzen

Nächster Tag  
7.00 Uhr  
Hauptteig ansetzen

13.15 Uhr  
Brot formen

13.45 Uhr  
Ofen vorheizen

14.15 Uhr  
Backen

15.00 Uhr  
Brot fertig

# Kardamom-Orangenpower

Die volle Power der Zitrusfrucht trifft in dem Aufstrich auf die süßlich-würzige sowie leicht eukalyptusähnliche Schärfe von Kardamom. Verfeinert wird die Masse mit einem Hauch Tonkabohne, die an den Geschmack von Vanille erinnert. Auf dem Brot schmeckt der Aufstrich besonders gut in Kombination mit einer Scheibe milden Käses.

## Zutaten\*

- ▶ 900 g Orangen (geschält)
- ▶ 300 g Gelierzucker (3:1)
- ▶ Saft von 1/2 Zitrone
- ▶ 3 Kardamomkapseln (alternativ 0,5-1 g Kardamom gemahlen)
- ▶ 1/2 Tonkabohne (gerieben, optional)

\*Ergibt 5 Gläser à 250 ml

Rezept & Bild: Michelle Deschner

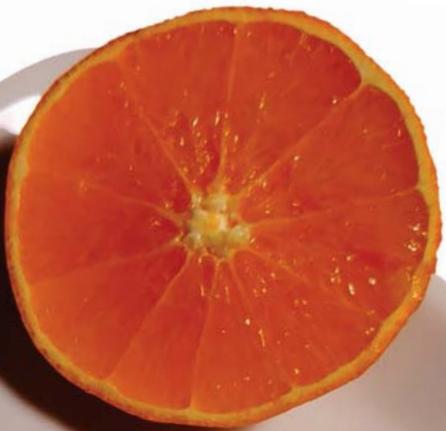
### Tipp

900 g geschälte Orangen entsprechen einer Menge von etwa 1 kg frischen Orangen mit Schale.

### 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.

- Die Orangen in zirka 2 cm große Stücke schneiden, Kerne dabei entfernen.
- Die Kardamomkapseln leicht anstoßen, sodass sie geöffnet sind. Die Kerne herausdrücken und zerstoßen, die Schalen entsorgen.
- Alle Zutaten in einem Topf miteinander vermengen, aufkochen und mindestens 5 Minuten köcheln lassen.
- Eine Gelierprobe durchführen.
- Die Masse in zuvor ausgekochte Gläser füllen, diese direkt fest verschließen. Kühl und dunkel gelagert ist der Aufstrich zirka 6 Monate haltbar. Geöffnete Gläser im Kühlschrank aufbewahren. ■



PLZ 20000

**Mühle Erks**

Backen Sie Ihr Brot  
mit unseren  
wertvollen Zutaten!

**Bioland**

Horster Hauptstraße 5  
26446 Friedeburg / OT Horsten  
Telefon 04453 2230  
[www.muehle-erks.de](http://www.muehle-erks.de)

PLZ 60000

**Zimmermann-Mühle**



Aus Tradition gut

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

**Zimmermann-Mühle**



Gaimühle 1, 63928 Riedern  
Tel. 09378 99950

**BLATTERT**  
MÜHLE & KORNHAUS

**GETREIDE  
MEHLE  
BACKZUTATEN**

von den Höhenlagen des Schwarzwaldes

79484 Bonndorf, Telefon: 07703 318  
[blattert-muehle.de](http://blattert-muehle.de)

PLZ 90000

**Winkler Mühle**

Qualität aus der

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

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

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

PLZ 30000

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

Hagenmühle  
Bahnhofstr. 18,  
34393 Grebenstein  
05674 206  
[www.hagenmuehle.com](http://www.hagenmuehle.com)

PLZ 50000

**Backen wie zu  
Omas Zeiten**  
[www.horbacher-muehle.de](http://www.horbacher-muehle.de)

**BIO MÜHLE  
EILING**  
Möhnenstraße 98  
59581 Warstein  
[shop@biomuehle-eiling.de](mailto:shop@biomuehle-eiling.de)  
[www.biomuhle-eiling.de](http://www.biomuhle-eiling.de)



PLZ 70000

**WALZ-MÜHLE**  
Erlebniseinkauf im  
neuen Mühlenmarkt  
oder im Onlineshop

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

**Stingel-Mühle**  
72336 Balingen

Versandkostenfrei ab 45 €

**QUALITÄTSMEHLE  
BACKMISCHUNGEN  
BACKZUTATEN  
& ZUBEHÖR**

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

**Stettfelder Mühle**  
GETREIDEHANDEL · SPEDITION  
MÜHLENLADEN · FUTTERMITTEL

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

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

PLZ 80000

**Mailänder  
Mühle**

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

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

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

**DRAX-MÜHLE**

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

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

**Die Wolfsmühle**

...unser Können  
liegt in Ihrer Hand

**100% Bio pur  
Getreide & Mehle  
vom Müllermeister  
Andreas Löffl**

- Onlineshop
- Hofladen
- Reinigungsanlage
- Gastronomie

100 % bio-zertifiziert in  
allen Bereichen  
DE-Öko-006

Andreas Löffl &  
Kathrin Nagy  
Wolfsmühle 1  
85661 Forstinning

**Schustermühle**  
Seit 1825

- Mehl
- Getreide
- Backzutaten

Aus der  
Region für  
die Region

besuchen Sie unseren  
**Onlineshop**

Schustermühle  
Eisersdorf 8 · 95478 Kennath-Stadt  
Tel: 09642-477  
[www.schustermuehle.de](http://www.schustermuehle.de)  
[info@schustermuehle.de](mailto:info@schustermuehle.de)

**la müh la**  
Langers Mühlenladen

Alles rund ums  
Backen, Kochen und  
vieles mehr

[www.lamuehla.at](http://www.lamuehla.at)

Schubertstraße 15  
3452 Atzenbrugg  
Österreich

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

**Rosenfellner  
Mühle**

**GUTES FÜR  
DICH!**

**EXZELLENTE BIOQUALITÄT -  
GUT FÜR'S BAUCHGEFÜHL!**

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

Bequem online bestellen unter  
[www.rosenfellner.at](http://www.rosenfellner.at)

**HOCHMÜHLE FRAUENLOB IN PLAINFELD**  
- FAMILIENBETRIEB SEIT 1921 -

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

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



## Tipp

1 g Frischhefe entspricht etwa der Größe einer Kichererbse. Aus dem Teig kann man auch 10 gleich große Teiglinge für Ciabatta-Brötchen abstechen. Die Backzeit reduziert sich dann auf 25 Minuten.

Rezept & Bild: Denise Pisulla-Wälti

## Teig-Zutaten\*

- ▶ 420 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 500 g Weizenmehl Tipo 00 (alternativ Weizenmehl 550, dann nur 390 g Wasser)
- ▶ 60 g Hartweizenmehl (alternativ Hartweizengrieß)
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 10 g Lievito Madre
- ▶ 10 g Olivenöl
- ▶ 1 g Frischhefe
- Spätere Zugabe**
- ▶ 30 g Wasser (lauwarm, bei Bedarf)

### Topping

- ▶ Maisgrieß (alternativ Hartweizengrieß)

\*Ergibt 2 Stück

### Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★
Getreide:	Weizen, Hartweizen
Triebmittel:	Lievito Madre, Hefe
Teigkonsistenz:	weich
Zeit gesamt:	16-18 Stunden
Zeit am Backtag:	3-4 Stunden
Backzeit:	35-40 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	210°C sofort
Schwaden:	beim Einschießen

## All-in-Ciabatta

Wenn die Sehnsucht nach „Bella Italia“ gar zu groß wird, hilft ein kulinarischer Seelentröster. Was bei einem klassischen Ciabatta verschiedene Vorteige und selbst gemahlenes Mehl samt hochwertiger regionaler Olivenöle an Aroma in den Teig bringen, schaffen hier die traditionellen italienischen Zutaten sowie die lange Teigführung, die ganz fluffige Ciabatta-Brote zaubern.

● Das Wasser in eine Schüssel geben und die restlichen Zutaten gründlich untermischen. Bei Bedarf die restlichen 30 g Wasser schluckweise dazugeben.

● Den Teig in eine geölte Teigwanne (alternativ Schüssel) geben, zugedeckt bei Raumtemperatur 60 Minuten anspringen lassen, einmal mit leicht feuchten Händen dehnen und falten, dann für 12-18 Stunden in den Kühlschrank stellen, dabei nach 30, 60, 120 und 180 Minuten jeweils einmal dehnen und falten.

● Die Arbeitsfläche mit Maisgrieß bestreuen und den Teig vorsichtig darauf stürzen. Die Oberfläche ebenfalls mit Maisgrieß bestreuen. Den Teig in 2 gleich große Teiglinge à zirka 500 g portionieren.

● Die Teiglinge sanft zu Zylindern aufrollen und auf Spannung bringen. Den Schluss dabei fest andrücken, die Teiglinge anschließend mit Schluss nach unten auf eine Dauerbackmatte (alternativ Backpapier) legen und zugedeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten zur Gare stellen.

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

● Die Teiglinge mit reichlich Schwaden in den Ofen geben, die Temperatur sofort auf 210°C senken und 35-40 Minuten goldbraun backen. ■

# Jetzt bestellen



Gutes Brot braucht Zeit. Aber gerade diese fehlt häufig im Alltag. Kein Grund, auf einen leckeren, selbst gebackenen Laib zu verzichten. Auch innerhalb von 3 Stunden lässt sich ein gutes Brot auf den Tisch bringen, das mit vollem Aroma und Bekömmlichkeit überzeugt.

Im neuen Sonderheft Schnelles BROT – Bekömmlich backen, wenn es eilig ist, liefern wir rund 30 Rezepte für Brote, die sich perfekt in einen arbeitsreichen Alltag integrieren lassen. Darunter auch glutenfreie Varianten. Außerdem zeigen wir Schritt für Schritt, wie man die Gärzeiten eines Rezepts umrechnen und somit auf die eigenen Bedürfnisse zuschneiden kann. Daneben gibt es Grundlagen für saftige Brote mit langer Frischhaltung und zur richtigen Aufbewahrung sowie leckere Rezepte für schnell gemachte Brotaufstriche.

**[www.brot-magazin.de/einkaufen](http://www.brot-magazin.de/einkaufen)**  
**040/42 91 77-110, [service@brot-magazin.de](mailto:service@brot-magazin.de)**

# Besondere Brote gestalten, Teil 2

Text & Bilder: Maike von Richthofen  
 @justbread.de  
 /justbread.de  
 justbread.de



## Auffallend anders

Zu besonderen Festen, Jubiläen und Treffen kommt gerne etwas Besonderes auf den Tisch. Das schließt selbstverständlich auch hübsch gestaltete Brote mit ein. Bereits mit geringem Aufwand lässt sich aus gewöhnlichem Alltagsgebäck ein besonderer Hingucker kreieren. Ein paar Schnitte hier, ein bisschen Farbe dort – und schon hat man das perfekte Mitbringsel für jeden Anlass.

Wer gerne und regelmäßig backt, bekommt mitunter Lust, Brote einmal anders zu gestalten. Das bietet sich insbesondere zu außergewöhnlichen Anlässen an. Das Brot in Herzform zum Geburtstag der besten Freundin, ein lustiges Tiergesicht für das Schulfest oder der mit einem Logo bemalte Laib zum Firmenjubiläum – zu jeder dieser Geselligkeiten sorgt ein hübsch gestaltetes Brot für Freude, erntet Lob und Anerkennung. Für Hobbybäckerinnen und -bäcker bringt es außerdem Abwechslung in den Backalltag.

In der letzten Ausgabe von BROT wurde gezeigt, wie man Gebäcke in besonderer Weise formen kann. Im zweiten Teil geht es nun um weitere Techniken der außergewöhnlichen Gestaltung: das Bemalen, Stempeln, die Verzierung mit einer Schablone sowie Scoring, also das Einritzen und Einschneiden von Mustern in die Teigoberfläche.

### Den Teig vorbereiten

Grundlage bildet für alle Brote dasselbe Grundrezept (siehe Kasten auf Seite 26). Mit der Zeit und etwas Übung wird man in der Handhabung der verschiedenen Techniken sicherer und kann sie dann

auch problemlos auf viele andere Weizen- sowie Dinkelteige anwenden. Der Grundteig erleichtert den Einstieg, weil er weich genug zum Formen ist und gleichzeitig fest genug, um die Form dann auch zu halten und sich weiter bearbeiten zu lassen.

Um den Teig für Techniken wie Scoring, Bemalen, Stempeln oder Schablonieren vorzubereiten, sollte er nach der Stockgare auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche gegeben und rundgewirkt werden. Es folgen 15 Minuten Ruhezeit bei Raumtemperatur, dann erhält der Teigling seine finale Form und wird so nochmals gestrafft.

Je nach Wunsch gibt man ihn anschließend rund oder oval in einem bemehlten Gärkörbchen zugedeckt für 12-16 Stunden in den

## NATURWEISSE FARBE SELBST HERSTELLEN

### Zutaten

- ▶ 5 g Wasser (kalt)
- ▶ 1,5 g Kartoffelstärke
- Spätere Zugabe**
- ▶ 45 g Wasser (kochend)
- ▶ 25 g Maisstärke

Die Kartoffelstärke im kalten Wasser klümpchenfrei verrühren.  
Die Masse in das kochende Wasser einröhren, dann auf eine lauwarme Temperatur abkühlen lassen und die Maisstärke klümpchenfrei einröhren, bis eine dickflüssige und deckende Basis entsteht.



Kühlschrank. Das hat den Hintergrund, dass der Teig gekühlt seine Form noch besser hält. Sein Glutengerüst bleibt stabil und der Teigling läuft nicht breit, sobald er aus dem Gärkörbchen gestürzt und weiter bearbeitet wird.

Um verschiedene Farben selbst herzustellen, nutzt man als Basis Gewürz- oder Beerenpulver, die mit Wasser oder weißer Basisfarbe gemischt werden

### Farben selbst herstellen

Eine Möglichkeit ist es, Brote mit schönen Mustern, Text-Botschaften oder Motiven aus der Natur zu versehen. Hierfür trägt man die Farbe entweder mit einem Pinsel auf oder dekoriert das Gebäck mithilfe der Stempeltechnik. Dabei können sowohl gekaufte als auch selbstgemachte Stempel verwendet werden, beispielsweise ein Kartoffelstempel.

Als Farben eignen sich selbst hergestellte Naturfarben, aber auch Lebensmittelfarben. Das Malen mit natürlichen Farben ist aus verschiedenen Gründen sinnvoll. Meist hat man ohnehin verschiedene Gewürze oder andere Pülverchen zu Hause, die sich bestens eignen und keine Zusatzstoffe enthalten, zum Beispiel Matcha-Tee oder Gerstengraspulver (grün), Kurkuma- oder Paprikapulver (gelb bis orange) sowie Zimt oder Kakao (braun).

Um Farben wie rot, blau oder violett zu kreieren, wird in der Regel auf Beerenpulver oder bestimmte Gemüsesorten zurückgegriffen. Schwarz gewinnt man, indem man entweder schwarzes Kakao-Pulver oder Sepiatinte mit Wasser vermischt. Alternativ kann man grüne, blaue und rote Lebensmittelfarbe zu gleichen Teilen vermengen, das ergibt ein dunkles Grau.

Die verschiedenen Pulver werden mit ein paar Tropfen Wasser vermengt, bis eine klümpchenfreie, dickflüssige Farbe entsteht. Diese kann dann mit dem Basis-Weiß (Anleitung siehe Kasten oben) in der gewünschten Konsistenz und zu Pastelltönen verdünnt werden. Aber Vorsicht: Zu dünnflüssige Farbe verläuft leicht und ist nicht deckend. Wichtig ist außerdem, nur sehr feines Pulver zu verwenden und es bei Bedarf nochmals zu sieben, da sonst kleine Klümpchen entstehen, die beim Malen stören.

Ein wesentlicher Nachteil selbst hergestellter Naturfarben aus Gewürzen oder Beerenpulver ist, dass sie nach dem Backen nicht immer ihre Farbe behalten. Das gilt beispielsweise für Rottöne, aber auch für den natürlichen Weißton. Gelb- sowie Grüntöne (Kurkuma- und Matcha-Pulver) haben dagegen eine gute Backbeständigkeit. Lebensmittelfarben und Farben, die mit einer weißen Lebensmittelfarben-Basis gemischt werden, bleichen eher weniger oder gar nicht aus.

Allerdings sind reine Lebensmittelfarben, wie man sie zum Dekorieren von Torten oder zum Färben von Kuchenteigen verwendet, oft von vornherein sehr dünnflüssig oder auch zu intensiv und aus diesen Gründen nicht ganz so gut geeignet. Hier lohnt es, ein wenig zu experimentieren und die für sich passende Lösung zu finden.

### Wichtig zu wissen

Vor Beginn des Malens sollten alle benötigten Farben fertig gemischt sein und ein kleines



Bei diesem Brot wurden alle Farben vor dem Backen aufgetragen: unten Natur-Pulver mit einer natürlichen Weiß-Basis gemischt, links Pastell-Farben mit Lebensmittelfarbe Weiß vermengt, oben Gewürz- und Beerenpulver nur mit Wasser verrührt



Gefäß mit Wasser zum Reinigen sowie ein Tuch zum Trocknen des Pinsels bereitstehen. Für den Anfang eignen sich einfache Motive, Muster oder Textbotschaften am besten. Hierfür werden dann zunächst nur zwei oder drei verschiedene Farben gebraucht.

Beim Malen empfiehlt es sich, mit den hellen Farben zu beginnen und mit den dunkleren zu enden. Falls das nicht möglich ist, benötigt man mehrere Pinsel, damit sich die hellen nicht mit den dunklen Farben vermischen. Jeden Pinsel sollte man vor einem Farbwechsel immer gründlich auswaschen und trocknen.

Die Farbe kann vor oder nach dem Backen auf den Laib aufgetragen werden. Allerdings hängt das unter anderem davon ab, ob mit natürlichen, selbst hergestellten Farben oder mit gekauften gearbeitet wird. Wer die Muster nach dem Backen aufträgt, vermeidet das Verblasen in jedem Fall.

Damit Brote durch den Ofentrieb nicht unkontrolliert aufreißt, müssen die Teiglinge außerdem direkt vor dem Einschießen noch mindestens einen Hauptschnitt von 5-6 Millimeter Tiefe erhalten. Auf diese Weise kann sich das Gärgas während des Erhitzen kontrolliert ausdehnen, ohne dass die Kruste aufreißt und das Motiv zerstört wird.

#### Technik: Malen und Stempeln

Verwendete Werkzeuge: Pinsel, Stempel, Sprühflasche, Schälchen (alternativ Teller) zum Mischen der Farbe, Wasserschälchen zum Auswaschen der Pinsel, Lappen

#### Beispiel 1: Gänseblümchen

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

- Den Teigling von Mehlresten befreien und leicht mit Wasser besprühen (Bild 1). Ist der Teigling zu nass, verlaufen die Farben.
- Die Blüte in Gelb und Weiß auftragen (Bild 2).
- Den Teigling einschneiden (siehe Bild 5 und 10), damit er nicht unkontrolliert aufreißt, und unter Schwaden in den Ofen geben. 45 Minuten backen.

#### TIPP

Wer mit einer Lebensmittelfarbe auf Gel-Basis oder mit der natürlichen Weiß-Basisfarbe arbeitet, sollte das Brot erst nach dem Backen bemalen (Bild 3), da der natürliche Weißton beim Backen verblassen.

#### Beispiel 2: Stempel-Brot

- Rechtzeitig den Backofen auf 235°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Die Farbe vorbereiten, den Teigling von Mehlresten befreien, leicht mit Wasser besprühen und die Stempel mit Farbe bestreichen (Bild 4).
- Die Stempel vorsichtig auf den Teigling drücken und so das Motiv auf den Teigling bringen (Bild 5).
- Den Teigling einschneiden, damit er nicht unkontrolliert aufreißt, und unter Schwaden in den Ofen geben. 45 Minuten backen.

#### TIPP

Aus Kartoffeln lassen sich eigene Stempel sehr einfach herstellen. Die Kartoffel um das Motiv herum wird weggeschnitten.

#### Mit Schablonen arbeiten

Eine weitere Technik, um schöne Muster oder Botschaften aufs Brot zu bringen, ist die Arbeit mit Schablonen. Hierfür wird der Teigling vom Mehl befreit, durch Einsprühen befeuchtet, die Schablone auf den Teigling gelegt und dann mit Mehl, Kakaopulver, Gewürz- oder

#### REZEPT GRUNDEIG

#### Zutaten

- 320 g Wasser (kalt)
- 500 g Weizenmehl 550
- 50 g Anstellgut (optional, alternativ 25 g Weizenmehl 550 und 25 g Wasser)
- 11 g Salz
- 2 g Frischhefe

Alle Zutaten auf langsamer Stufe 5 Minuten mischen, dann auf schnellerer Stufe 5-8 Minuten zu einem glatten Teig kneten. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur 8-10 Stunden gehen lassen, dabei nach 30, 60 und 90 Minuten jeweils einmal dehnen und falten. Das Volumen sollte sich am Ende der Stockgare verdoppelt haben.



Beerenpulver bestäubt. Wenn man mit verschiedenen Farben arbeitet, sollten die später genutzten Bereiche abgedeckt werden.

Auch bei dieser Technik kann es vorkommen, dass manche Pulver – wie beim Bemalen – beim Backen verblassen. Für ein gutes und exaktes Ergebnis ist zu beachten, dass die verwendete Schablone möglichst biegsam ist, um sich gut an den Teigling anzupassen, und dass sie nach dem Auflegen nicht mehr verrutscht.

Möchte man seine eigene Schablone herstellen, ist als Material ein etwas dickeres Transparentpapier (115 g) zu empfehlen. Dünnes Standard-Papier (80 g) ist ungeeignet, da es auf dem feuchten Teigling zu schnell aufweicht und reißt. Filigrane und kleinteilige Muster sind deutlich schwieriger auszuschneiden als einfache Muster.

Auch mit Saaten kann man schöne Schablonen-Bilder umsetzen. Die Saaten werden dabei entweder mit der Hand oder einem kleinen Löffel über die Schablone verteilt. Je feiner das Muster oder die Schablone, umso feiner sollten die Saaten sein, damit das Muster später gut zu erkennen ist. Für einen besseren Halt der Saaten kann der Teigling final erneut fein mit Wasser besprüht werden.

In jedem Fall muss die Schablone langsam und gleichmäßig abgenommen werden, indem man sie entweder von zwei Seiten aus gleichzeitig oder von einer zur anderen Seite anhebt. Sollte nach dem Abnehmen der Schablone nicht alles akkurat sitzen, kann man mit kleinen Pinseln Pulverreste wegwischen und mit Zahnstochern verutschte Saaten nochmals korrigieren.

#### Technik: Schablonieren

Verwendete Werkzeuge: Schablone, Sprühflasche, feines Sieb, Farb-Pulver, Pinsel oder Zahnstocher zum Korrigieren

#### Beispiel 3: Mandala-Brot

- Rechtzeitig den Backofen auf 235°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Farbe sowie Schablone vorbereiten, den Teigling von Mehlresten befreien, leicht mit Wasser besprühen und die Schablone auflegen (Bild 6).
- Das Pulver durch ein feines Sieb über der Schablone verteilen (Bild 7).
- Die Schablone vorsichtig von beiden Seiten anheben, damit das Muster nicht verwischt (Bild 8). Überschüssiges Pulver kann man mit einem Pinsel entfernen.
- Den Teigling einschneiden, damit er nicht unkontrolliert aufreißt, und unter Schwaden in den Ofen geben. 45 Minuten backen.

#### Mit Schnitten verzieren

Besonders schön und filigran können Brote durch dekorative Schnitte verziert werden. Diese Technik, die auch Scoring genannt wird, bedarf einiger Übung. Für den Anfang eignen sich einfache Motive mit einem



## TIPP



Viele weitere Ideen und Tipps zum Thema Scoring sind in **BROT** 04/21 in dem Beitrag von Anita Šumer zu finden.



9



10

Hauptschnitt und wenigen dekorativen Elementen, zum Beispiel eine Ähre oder ein Laubblatt. Je mehr Übung man hat, umso detaillierter kann man das Brot einschneiden.

Bevor man mit dem Einschneiden beginnt, sollten der Teig und alle Werkzeuge vorbereitet werden. Ganz wichtig ist es, vorab die Teigreife mit dem Fingerdrucktest zu prüfen. Für das Scoring sollte der Teig nicht zu reif sein. Bei einem sehr reifen Teig besteht die Gefahr, dass der Teigling durch das Einschneiden zusammenfällt.

Für gleichmäßige oder symmetrische Muster ist es hilfreich, den Teigling vorher mit Hilfe eines dünnen Fadens in verschiedene Segmente einzuteilen. Am Anfang ist es außerdem sinnvoll, das gewünschte Motiv mit einem Zahnstocher auf dem Teigling leicht vorzuzeichnen.

Alle dekorativen Schnitte eines Motivs werden mit einem Skalpell, der Spitze einer scharfen Rasierklinge oder eines geeigneten Messers in einem Winkel von 90° und einer Tiefe von 1 bis 3 Millimeter durchgeführt. Je tiefer man den Schnitt setzt, desto mehr geht der Teig an dieser Stelle beim Backen auf.

Schnitte, die deutlich leichter oder flacher gesetzt werden, erscheinen nach dem Backen nur als feine Linie. So kann man mit unterschiedlicher Schnittstärke bewusst Akzente setzen. Für ein gleichmäßiges Erscheinungsbild ist es wichtig, dass die Schnitte möglichst gleich tief sind. Ein großer seitlicher Hauptschnitt wird dann 5 bis 6 Millimeter tief in einem Winkel von Zirka 45° durchgeführt.

Für den Einstieg ins Scoring eignen sich einfache Motive. Mit etwas Übung kann man Bilder mit unterschiedlicher Schnitt-Tiefe wählen. Je mehr Übung man hat, umso feiner können die Muster werden. Mit der Erfahrung kommt meist auch der Mut zu einer freieren Gestaltung. Hat man einmal mit dem Scoring eines Teiglings angefangen, sollte man zügig und entschlossen arbeiten und das Brot direkt nach Beenden des Motives einschießen.

### Technik: Scoring

Verwendete Werkzeuge: scharfes Messer, Skalpell oder Rasierklinge, Schere, Mehl zum Bestäuben

### Beispiel 4: Herbstlaub

- Rechtzeitig den Backofen auf 235°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Die verbliebenen Mehlreste auf dem Teigling vorsichtig entfernen.
- Den Teigling mit frischem Mehl durch ein feines Sieb bestäuben und das Mehl gleichmäßig verstreichen. Reismehl eignet sich besonders, da es beim Backen nicht verbrennt.
- Das gewünschte Motiv einschneiden, mit den groben Umrissen des Blattes beginnend (Bild 9).
- Die zarteren Schnitte für die Adern im Blatt setzen (Bild 10) und den Laib zuletzt seitlich tief einschneiden, damit er nicht unkontrolliert aufreißt.
- Den Teigling unter Schwaden in den Ofen geben. 45 Minuten backen.

### Neues wagen

Um Brote individuell und nach eigenem Gusto zu verzieren, gibt es zahlreiche Techniken. Sicher lassen sich auch verschiedene miteinander kombinieren, zum Beispiel indem man ein Scoring-Motiv zusätzlich mit essbaren Farben bemalt. Bereits nach kurzer Zeit und mit ein wenig Übung lassen sich so beachtliche Kreationen schaffen, die auf jeder Familienfeier und zu anderen Anlässen alle Blicke auf sich ziehen.

Dabei heißt es mutig sein und ruhig mal etwas Neues wagen. Bereits einfache Motive machen schon eine Menge her. Mit der Zeit fühlt man sich sicherer und traut sich auch an aufwändigeren Muster heran. Belohnt wird man mit außergewöhnlichen Broten, die nicht nur fantastisch riechen und schmecken, sondern zudem noch irre gut aussehen. Auf diese Weise kehrt so schnell keine Langeweile in die heimische Backstube ein. ■



# Saaten-Schablonen-Brot



Mit Saaten und einer Schablone lassen sich wunderschöne Brotdekorationen erstellen. Wichtig ist, dass die Größe des Musters auf die Saatengröße abgestimmt wird, damit das Muster gut zu erkennen ist. Doch um die Kunst des Brotdekorierens auszuprobieren, benötigt man zunächst eine Basis. Zum Beispiel ein saftiges, aromatisches Dinkelbrot.

- Alle Zutaten – außer Salz – 8 Minuten auf langsamer Stufe mischen
- Das Salz hinzugeben und den Teig auf schnellerer Stufe 5 Minuten kneten. Den Teig 4-6 Stunden zugedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen.
- Den Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben und rundformen. 15 Minuten entspannen lassen und nochmals nachstraffen. Den Teig mit Schluss nach oben in ein bemehltes Gärkörbchen geben und zugedeckt für 12-16 Stunden in den Kühlschrank stellen.
- Rechtzeitig den Ofen auf 235°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Den Teigling sanft aus dem Gärkorb stürzen, von Mehresteilen befreien und leicht mit Wasser besprühen. Die gewünschte Schablone auflegen und vorsichtig die Saaten auf der Schablone verteilen. Die Schablone behutsam von beiden Seiten gleichzeitig von der Teigoberfläche abnehmen. Das Muster bei Bedarf mit einem Zahnstocher korrigieren und zum besseren Halt der Saaten den Teigling abschließend nochmals fein mit Wasser besprühen. Den Teigling seitlich mehrfach einschneiden, um ein wildes Aufreißen während des Backens zu verhindern.

Schwierigkeitsgrad:



Getreide:

Dinkel

Triebmittel:

Sauerteig

Teigkonsistenz:

weich, bindig

Zeit gesamt:

22-30 Stunden

Zeit am Backtag:

1 Stunde

Backzeit:

40 Minuten

Starttemperatur:

235°C

Backtemperatur:

235°C

Schwaden:

beim Einschießen

Tipp

Den Teigling in den Ofen geben, direkt schwaden und 40 Minuten backen. ■

Es können verschiedene Schablonen verwendet werden. Brotschablonen genauso wie Kuchenschablonen, selbstgemachte Schablonen oder zweckentfremdete Schablonen, wie beispielsweise Keksformen. Wenn man mit unterschiedlichen Saaten arbeitet, kann man nicht genutzte Bereiche der Schablone mit einem Stück Backpapier abdecken.

## Brühstück

- 120 g Wasser (kochend)
- 60 g Sonnenblumenkerne
- 60 g Haferflocken (grob)
- 60 g Sesamsaat (hell, alternativ 30 g Sonnenblumenkerne und 30 g Haferflocken)

Die Saaten mit dem Wasser übergießen, verrühren und mindestens 2 Stunden zugedeckt abkühlen lassen. Das Brühstück kann bis zur Weiterverarbeitung zugedeckt im Kühlschrank gelagert werden.

## Sauerteig

- 35 g Wasser (lauwarm)
- 35 g Weizenmehl 550
- 30 g Anstellgut

Die Zutaten gründlich miteinander vermischen und 4-6 Stunden zugedeckt reifen lassen.

## Hauptteig

- Brühstück
- Sauerteig
- 280 g Wasser (kalt)
- 300 g Dinkelmehl 1050
- 200 g Dinkelmehl 630
- Spätere Zugabe
- 11 g Salz

### Topping

- Saaten (nach Geschmack, zum Beispiel Sesam und Mohn)

Rezept & Bilder: Maike von Richthofen

@justbread.de

/justbread.de

justbread.de

## Zeitraster

9.00 Uhr

Brühstück ansetzen,  
Sauerteig ansetzen

14.00 Uhr

Hauptteig ansetzen

19.00 Uhr

Brot formen

Nächster Tag  
8.30 Uhr

Ofen vorheizen

8.45 Uhr

Teigling  
dekorieren

9.00 Uhr

Backen

9.40 Uhr

Brot fertig



## Brühstück

- 70 g Wasser (kochend)
- 35 g Sonnenblumenkerne
- 35 g Kürbiskerne
- 1 g Salz

Die Kerne in einer Pfanne rösten und salzen, anschließend mit heißem Wasser überbrühen und zugedeckt bei Raumtemperatur 60 Minuten abkühlen lassen.

## Hauptteig

- 380 g Karottensaft (Raumtemperatur)
  - 500 g Weizenmehl 1050
  - 70 g Hartweizengrieß
  - 100 g Lievito Madre (aus dem Kühlschrank)
  - 14 g Salz
  - 5 g Honig (alternativ Zuckerrübensorp)
  - 3 g Backmalz (aktiv, optional)
- Spätere Zugabe**
- Brühstück
  - 7 g Olivenöl

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Lievito Madre
Teigkonsistenz:	fest, bindig
Zeit gesamt:	7-9 Stunden
Zeit am Backtag:	7-9 Stunden
Backzeit:	50 Minuten
Starttemperatur:	235°C
Backtemperatur:	220°C
	nach 15 Minuten
Schwaden:	nein



Auch zu Ostern darf bisweilen ein rustikaler Laib auf den Tisch. Das Weizen-Sauerteigbrot ist an einem Tag gemacht und schmeckt einfach köstlich. Der Karottensaft verleiht ihm eine leicht süßliche Note und harmoniert gut mit den knackigen Kernen. Die wild aufgerissene Kruste überzeugt durch intensive Röstaromen. Vom Duft angelockt, kommt vielleicht sogar Meister Lampe aus seinem Bau.

● Alle Zutaten – außer Brühstück und Öl – auf langsamer Stufe 6 Minuten mischen.

● Brühstück und Öl hinzugeben, den Teig auf schnellerer Stufe 3-4 Minuten kneten und zugedeckt bei Raumtemperatur 4 Stunden gehen lassen, dabei nach 20, 40 und 60 Minuten jeweils einmal dehnen und falten.

● Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und rundwirken, dann mit Schluss nach unten in einem bemehlten Gärkörbchen bei Raumtemperatur 90-120 Minuten gehen lassen.

● Rechtzeitig den Ofen sowie einen gusseisernen Topf mit Deckel auf 235°C vorheizen.

● Den Teigling aus dem Gärkörbchen in den heißen Topf stürzen und mit geschlossenem Deckel 15 Minuten backen. Die Temperatur auf 220°C reduzieren und weitere 35 Minuten backen. Für eine krossen Kruste 10 Minuten vor dem Backende den Deckel abnehmen. ■

Topfbrote können auch freigeschoben gebacken werden, man sollte sie dann aber schwaden. Statt Lievito Madre kann Weizensauerteig (TA 200) verwendet werden. In diesem Fall das Weizenmehl um 15 g reduzieren und den Karottensaft um 20 g erhöhen.

Tipp





# Rhabarber-Brot



Rezept & Bild: David Ruppert

@gamer.backt

Endlich wieder Rhabarberzeit. In diesem Gebäck trifft die Säure des rötlichen Frühjahrsgemüses auf die Süße des Apfels. Die Rhabarber-Stückchen geben dem Milchbrot aber auch optisch eine besondere Note. So macht es auf dem Frühstückstisch wie auch auf einer österreichischen Kaffeetafel stets eine gute Figur.

- Alle Zutaten – außer Butter, Rhabarber und Apfel – auf langsamer Stufe 3 Minuten mischen, dann auf schnellerer Stufe 5 Minuten kneten.
- Die Butter hinzugeben und den Teig auf schnellerer Stufe 5 Minuten kneten.
- Apfel- und Rhabarberstücke zugeben, auf langsamer Stufe 1 Minute unterkneten und den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten gehen lassen, dabei nach 30 und 60 Minuten jeweils einmal dehnen und falten.
- Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, in 3 gleich große Portionen von etwa 390 g teilen und diese jeweils rundwirken.
- Jeden Teigling flach drücken und aufrollen. Die Rollen mit Teignaht nach unten nebeneinander in eine gefettete Kastenform (zirka 20 cm) legen und zugedeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten gehen lassen.
- Rechtzeitig den Ofen auf 230°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Das Ei verquirlen, den Teig damit bestreichen und mit Hagelzucker bestreuen, die Kastenform in den Ofen geben und 2-3 Minuten anbacken. Die Temperatur auf 160°C reduzieren, schwaden und 45-50 Minuten backen. ■

## Vorteig

- 80 g Vollmilch (Raumtemperatur)
- 120 g Weizenmehl 550
- 0,5 g Frischhefe

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt bei Raumtemperatur 6-8 Stunden gehen lassen.

## Kochstück

- 100 g Vollmilch (kalt)
- 20 g Weizenmehl 550
- 6 g Salz

Die Zutaten klümphenfrei mischen und unter Rühren aufkochen lassen, bis eine puddingartige Konsistenz entsteht. Danach zugedeckt bei Raumtemperatur 6-8 Stunden abkühlen lassen.

## Hauptteig

- Vorteig
- Kochstück
- 80 g Vollmilch (Raumtemperatur)
- 300 g Weizenmehl 550
- 80 g Zucker
- 1 Ei (Größe M, Raumtemperatur)
- 10 g Anstellgut (alternativ 5 g Frischhefe)
- 1 g Vanillepaste (alternativ das Mark einer Vanilleschote)

### Spätere Zugabe

- 40 g Butter (Raumtemperatur)
- 200 g Rhabarber (geschnitten, tiefgekühlt, alternativ frisch)
- 100 g Apfel (in Stückchen von zirka 2 cm)

### Topping

- 1 Ei (Größe M)
- 10 -15 g Hagelzucker

### Tipp

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

Schwierigkeitsgrad:



Weizen

Getreide: Hefe, Sauerteig

fest

Triebmittel: Hefe, Sauerteig

fest

Teigkonsistenz: fest

fest

Zeit gesamt: 12-14 Stunden

Zeit am Backtag: 5,5 Stunden

Backzeit: 47-53 Minuten

Backzeit: 47-53 Minuten

Starttemperatur: 230°C

Starttemperatur: 230°C

Backtemperatur: 160°C

Backtemperatur: 160°C

nach 2-3 Minuten

Schwaden: nach 2-3 Minuten





## Vorteig (Poolish)

► 80 g Vollmilch (kalt)

► 80 g Maismehl

► 0,2 g Frischhefe

Alle Zutaten gründlich mischen und zudeckt bei Raumtemperatur 10-12 Stunden gehen lassen.



## Quellstück

► 200 g Wasser (warm)

► 65 g Rosinen

Die Zutaten mischen und zudeckt bei Raumtemperatur 10-12 Stunden quellen lassen. Das Wasser vor der Weiterverarbeitung absieben.



## Kochstück

► 100 g Vollmilch (kalt)

► 20 g Maismehl

► 4 g Salz

Die Zutaten gründlich mischen, unter ständigem Rühren aufkochen und unter Rühren weiter köcheln lassen, bis die Masse puddingartig andickt. Etwa 30-60 Minuten zudeckt abkühlen lassen und dann zudeckt bis zur weiteren Verwendung für 9-11 Stunden in den Kühlschrank stellen.



## Hauptteig

► Vorteig

► Kochstück

► 40 g Vollmilch (kalt)

► 400 g Weizenmehl 550

► 2 Eier (Größe S)

► 65 g Zucker

► 4 g Frischhefe

► 3 g Abrieb einer Bio-Zitrone

### Spätere Zugabe

► Rosinen aus Quellstück

► 55 g Butter (kalt, in kleinen Stücken)

### Topping

► 1 Ei (Größe S)

► 10 g Mandelblättchen

► 5 g Hagelzucker



Ein Klassiker an Ostern ist der Osterkranz. Am Vorabend werden Vorteig, Kochstück und Quellstück hergestellt. Sie geben dem Gebäck volles Aroma und eine längere Frischhaltung. So ist der Kranz ein toller Begleiter zum Nachmittagskaffee. Aber auch am nächsten Morgen schmeckt er noch richtig gut. Verfeinert wird der Teig mit etwas frisch abgeriebener Zitronenschale. Mandelblättchen und Hagelzucker machen den Kranz perfekt.



Schwierigkeitsgrad:	★★★
Getreide:	Weizen, Mais
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	mittelfest
Zeit gesamt:	18-20 Stunden
Zeit am Backtag:	7,5 Stunden
Backzeit:	30 Minuten
Starttemperatur:	220°C
Backtemperatur:	200°C sofort
Schwaden:	nein

Rezept & Bilder: Nadja Alessi

@little\_kitchen\_and\_more

little-kitchen-and-more.com

- Alle Zutaten – außer Butter und Rosinen – auf langsamer Stufe 4 Minuten mischen.
- Die Butter hinzugeben und den Teig auf schnellerer Stufe 2 Minuten kneten.
- Die Rosinen hinzugeben, den Teig auf schnellerer Stufe 1 Minute kneten und zugedeckt bei Raumtemperatur 5 Stunden gehen lassen, dabei nach 90 Minuten einmal dehnen und falten.
- Den Teig auf eine sehr leicht bemehlte Arbeitsfläche geben und in 3 gleich große Portionen à zirka 330 g teilen.
- Jeden Teigling langwirken und zu einem etwa 60 Zentimeter langen Strang ausrollen, dabei den Anfang und das Ende des Stranges mit den Handkanten dünner ausrollen.
- Einen Drei-Strang-Zopf flechten und die Enden des Zopfes zueinander führen, sodass ein Kranz entsteht. Die Enden etwas übereinander klappen und gut andrücken. Den Kranz zugedeckt bei Raumtemperatur 75 Minuten gehen lassen.
- Rechtzeitig den Ofen auf 220°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Das Ei verquirlen und den Kranz damit bestreichen, dann mit Mandelblättchen und Hagelzucker bestreuen.
- Den Kranz in den Ofen geben, die Temperatur sofort auf 200°C reduzieren und 30 Minuten backen. ■

### Tipp

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



## Zeitraster

19 Uhr  
Vorteig, Kochstück und Quellstück ansetzen

Nächster Tag  
7.45 Uhr  
Hauptteig ansetzen

13.00 Uhr  
Kranz formen

14.00 Uhr  
Ofen vorheizen

14.30 Uhr  
Backen

15.00 Uhr  
Kranz fertig



Rezept & Bild: Tanja Schlund

@schlundisworld

/Schlundis.Blog

schlundis.com

## Zutaten\*

- ▶ 400 g Karottensaft (100% Direktsaft)
- ▶ 400 g Apfelsaft (100% Fruchtgehalt)
- ▶ 350 g Zucker
- ▶ 100 g Maracuja-Fruchtfleisch (entspricht etwa 4-5 frischen Früchten)
- ▶ 50 g Geliermittel 3:1
- ▶ 5 g Zitronensaft

\*Ergibt 4 Gläser à 250 ml

Der Osteraufstrich ist nicht nur ein Karottengelee, sondern wird zudem mit Apfel und Maracuja verfeinert. Das Ergebnis ist eine fruchtige Verführung und Vitaminbombe, die durch die kleinen Kerne der Maracuja noch durch ungesättigte Fettsäuren bereichert wird. Beim Frühstück kommt der leuchtende Aufstrich garantiert gut an. Nett verpackt ist er außerdem ein leckeres Ostergeschenk.

- Alle Zutaten in einen Topf geben, gut mischen und unter ständigem Rühren langsam aufkochen lassen.
- Die Masse zirka 4 Minuten köcheln lassen.
- Eine Gelierprobe durchführen.
- Die Masse sofort in zuvor ausgekochte Gläser füllen und diese direkt fest verschließen. Kühl und dunkel gelagert ist der Aufstrich zirka 6 Monate haltbar. ■

### Tipp

Geöffnete Gläser im Kühlschrank aufzubewahren. Aus 4 bis 5 Maracujas sollten sich 100 g Fruchtfleisch lösen lassen. Wenn es weniger ist, lässt sich das mit Apfel- oder Karottensaft ausgleichen. Insgesamt sollte sich eine Menge von 900 g ergeben.

### 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 &amp; Bild: Tanja Schlund

@schlundisworld

/Schlundis.Blog

schlundis.com

Ein lockeres Hefegebäck mit leckerer Mandel-Nougat-Füllung passt auf jede österliche Kaffeetafel. Gemahlene und geröstete Mandeln sowie Schokolade umschmeicheln den Gaumen und schmiegen sich an den geschmeidigen Hefeteig. Der ist im Handumdrehen hergestellt. Nun noch ein wenig Formen, verstriezeln und Ostern kann kommen.

● Alle Zutaten auf langsamer Stufe 2 Minuten mischen, dann auf schneller Stufe 6 Minuten kneten und zugedeckt bei Raumtemperatur 30-40 Minuten zur Gare stellen.

● Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und zu einem Rechteck von zirka 45 x 35 cm ausrollen.

● Die Mandel-Nougat-Füllung darauf verteilen, dabei an den Rändern jeweils ungefähr 1-2 cm Platz lassen.

● Den Teig von der schmalen Seite aus vorsichtig aufrollen.

● Die Rolle längs von beiden Seiten fast bis zur Mitte durchschneiden, sodass an beiden Seiten zwei Stränge entstehen, die mittig verbunden sind.

● Jeweils die zwei Stränge auf einer Seite spiralförmig umeinander drehen und die Enden unter den Striezel schieben.

● Den Striezel auf ein Backblech legen, mit Milch bestreichen und mit Krokant bestreuen, dann zugedeckt bei Raumtemperatur 30 Minuten gehen lassen.

● Rechtzeitig den Ofen auf 175°C Umluft vorheizen.

● Den Striezel in den Ofen geben und 25-28 Minuten goldgelb backen.

● Nach dem Auskühlen mit Puderzucker verzieren. ■

**Tipp** Wer keine Lievito Madre hat, kann die Frischhefe auf 15 g erhöhen sowie 80 g mehr Mehl und 40 g zusätzliche Milch hinzugeben. Die Mandel-Nougat-Füllung lässt sich auch sehr gut im Thermomix herstellen.

## Teig-Zutaten

- 240 g Vollmilch (lauwarm)
- 500 g Weizenmehl 405
- 120 g Lievito Madre
- 80 g Zucker
- 60 g Butter (weich)
- 1 Ei (Größe M)
- 10 g Frischhefe
- Spätere Zugabe
- 650 g Mandel-Nougat-Füllung (siehe Kasten)

### Topping

- 20 g Mandekrokant
- 15 g Vollmilch
- Puderzucker

## MANDEL-NOUGAT-FÜLLUNG

### Zutaten

- 200 g Mandeln (ganz, alternativ gemahlene Mandeln)
  - 200 g Zartbitterschokolade (in Stückchen)
  - 150 g Puderzucker
  - 100 g Butter (weich, in Stückchen)
- Die Mandeln in einer Pfanne ohne Fett anrösten, anschließend portionsweise in einem Zerkleinerer fein mahlen.

Puderzucker und gemahlene Mandeln miteinander vermischen. Die Mischung dann portionsweise solange im Zerkleinerer mixen, bis eine cremige Masse entsteht.

Schokolade im Wasserbad schmelzen und die Butter einrühren. Die Masse aus dem Wasserbad nehmen und die Mandelmasse einrühren. Das Mandel-Nougat bis zur weiteren Verwendung zur Seite stellen.

### Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Lievito Madre, Hefe
Teigkonsistenz:	fest, bindig
Zeit gesamt:	2,5 Stunden
Zeit am Backtag:	2,5 Stunden
Backzeit:	25-28 Minuten
Starttemperatur:	175°C
Backtemperatur:	175°C
Schwaden:	nein



Das Brot des Jahres 2023

Text: Edda Klepp  
Bilder: ZV des Bäckerhandwerks

# Liebend genne Kürbiskerne



Das Kürbiskernbrot wurde vom wissenschaftlichen Beirat des Deutschen Brotinstituts zum Brot des Jahres gekürt. Die Saaten des Kürbis' sind nicht nur wegen ihres mild-nussigen Geschmacks beliebt, sondern auch reich an Nährstoffen. Vor allem aber hat das Gremium die Wandlungsfähigkeit des Gebäcks überzeugt.

Kürbiskerne gelten als gesunder Snack. Sie enthalten wertvolle Mineralstoffe wie Kalium, Magnesium, Kalzium, Zink und Eisen, dazu zahlreiche Vitamine, Ballaststoffe und mehrfach ungesättigte Fettsäuren. Die Eigenschaften der Saaten sollen sich positiv auf den Cholesterin- und Blutzuckerspiegel auswirken. Dazu schmecken sie auch noch ausgesprochen gut, mild-aromatisch, nussig, und verleihen Gebäcken – gerne geröstet – zusätzlich Biss.

### Vielseitiges Gebäck

Es gab also viele gute Gründe für den wissenschaftlichen Beirat vom Deutschen Brotinstitut, das Kürbiskernbrot zum Brot des Jahres 2023 zu küren. Es folgt damit auf das Holzofenbrot, das im vergangenen Jahr ernannt worden war. Mit der Auszeichnung sollen die besondere Brotkultur und die Getreidevielfalt in Deutschland hervorgehoben werden. Im Fokus stehen Brotsorten, die sich einer großen Beliebtheit in der Bevölkerung erfreuen.

„Kürbiskernbrot ist in Deutschland weit verbreitet, meist auf Basis von Mischteigen aus Weizen und Roggen, doch auch Vollkornbrote sind beliebt“, erklärt Bernd Küttscher, Geschäftsführer des Deutschen Brotinstituts, die Entscheidung. „Darüber hinaus gibt es bei der Form Unterschiede: Das Kürbiskernbrot wird gerne in einer Kastenform oder als Brotlaib gebacken“, beschreibt er die Vielseitigkeit des Gebäcks. Auch Kürbiskern-Brötchen finden sich in fast jeder Handwerksbäckerei.

### Die 8-Prozent-Hürde

Bereits vor 10.000 Jahren sollen in Bolivien Kürbisse angebaut worden sein. Nach Europa kam die Kulturpflanze während des 16. Jahrhunderts. Damit ein Brot offiziell als Kürbiskernbrot bezeichnet werden darf, müssen im Teig laut der „Leitsätze für Brot und Kleingebäck“ mindestens 8 Prozent der Zutat in nicht entfetteter Form verbacken werden sein – bezogen auf die Mehlmenge. Für professionelle Bäckereien bilden diese Leitsätze ein verbindliches Regelwerk.



Das Kürbiskernbrot wurde am 23. Januar auf der Internationalen Grünen Woche offiziell zum Brot des Jahres 2023 gekürt

„Kürbiskerne bringen eine großartige Optik in die Krume und meist wird auch die Kruste damit dekoriert. Ein milder Aufstrich wie Hüttenkäse oder auch ein leichter Kochschinken harmonieren perfekt dazu“, erklärt Michael Wippler, Präsident vom Zentralverband des Deutschen Bäckerhandwerks und Vorstandsmitglied vom Brotinstitut.

Die Tradition, Kürbiskerne zu verwenden, gilt als typisch vor allem im deutschsprachigen Raum. Und während man im ersten Augenblick vor allem an die schmackhaften Kerne denkt, lässt sich auch das Fruchtfleisch als Zutat in Brot verbauen. Alles in allem bietet das Kürbiskernbrot eine Menge Inspiration für leckere Gebäcke. ■



Zur Feier des Tages schnitt der Bundesminister für Ernährung und Landwirtschaft Cem Özdemir (links, mit Michael Wippler) das Kürbiskernbrot in Berlin an

Das Kürbiskernbrot ist Brot des Jahres. Und hier kommt es in besonders aromatischer Form daher. Sauerteig gibt dem luftigen Teig seine Basis-Note. Die zuvor gerösteten Kerne sind ergänzend dazu nicht nur geschmacklich eine Wucht. Sie sorgen auch für eine lange Frischhaltung.

## Sauerteig

- 160 g Wasser (warm)
- 180 g Roggenmehl 1370
- 10 g Anstellgut

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt 8-14 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.



## Brühstück

- 500 g Wasser (heiß)
- 150 g Kürbiskerne
- Die Kürbiskerne in der Pfanne trocken und nach Geschmack rösten, mit dem Wasser übergießen und 2-14 Stunden zugedeckt bei Raumtemperatur quellen lassen. Das Wasser vor der Weiterverarbeitung absieben.



## Hauptteig

- Sauerteig
- 280 g Wasser (lauwarm)
- 270 g Weizenmehl 550
- 140 g Weizenmehl 1050
- 13 g Salz
- Spätere Zugabe
- Brühstück

● Alle Zutaten – außer das Brühstück – 5 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann 12 Minuten auf schnellerer Stufe kneten.

● Das Brühstück zum Teig geben und 1-2 Minuten langsam unterkneten. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur etwa 90 Minuten gehen lassen.

● Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und langwirken. Mit Schluss nach oben 60 Minuten bei Raumtemperatur im bemehlten Gärkörbchen gehen lassen.

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

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



Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	
Getreide:	Weizen, Roggen
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	weich, bindig
Zeit gesamt:	13-19 Stunden
Zeit am Backtag:	4 Stunden
Backzeit:	45 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	230°C sofort
Schwaden:	beim Einschießen



## Zeitraster

7.00 Uhr  
Sauerteig und Brühstück ansetzen

17.00 Uhr  
Hauptteig ansetzen

19.00 Uhr  
Brot formen

19.35 Uhr  
Ofen vorheizen

20.05 Uhr  
Backen

20.50 Uhr  
Brot fertig

# Kunst

Rezept: Sebastian Marquardt

Bild: Mario Bicher

 @brotmagazin

 /brotmagazin

 brot-magazin.de



## Tipp

Für eine noch kernigere Optik kann man das Gärkörbchen mit 10-20 g Kürbiskernen ausstreuen. Diese sollten zuvor nicht geröstet werden, das geschieht beim Backen.

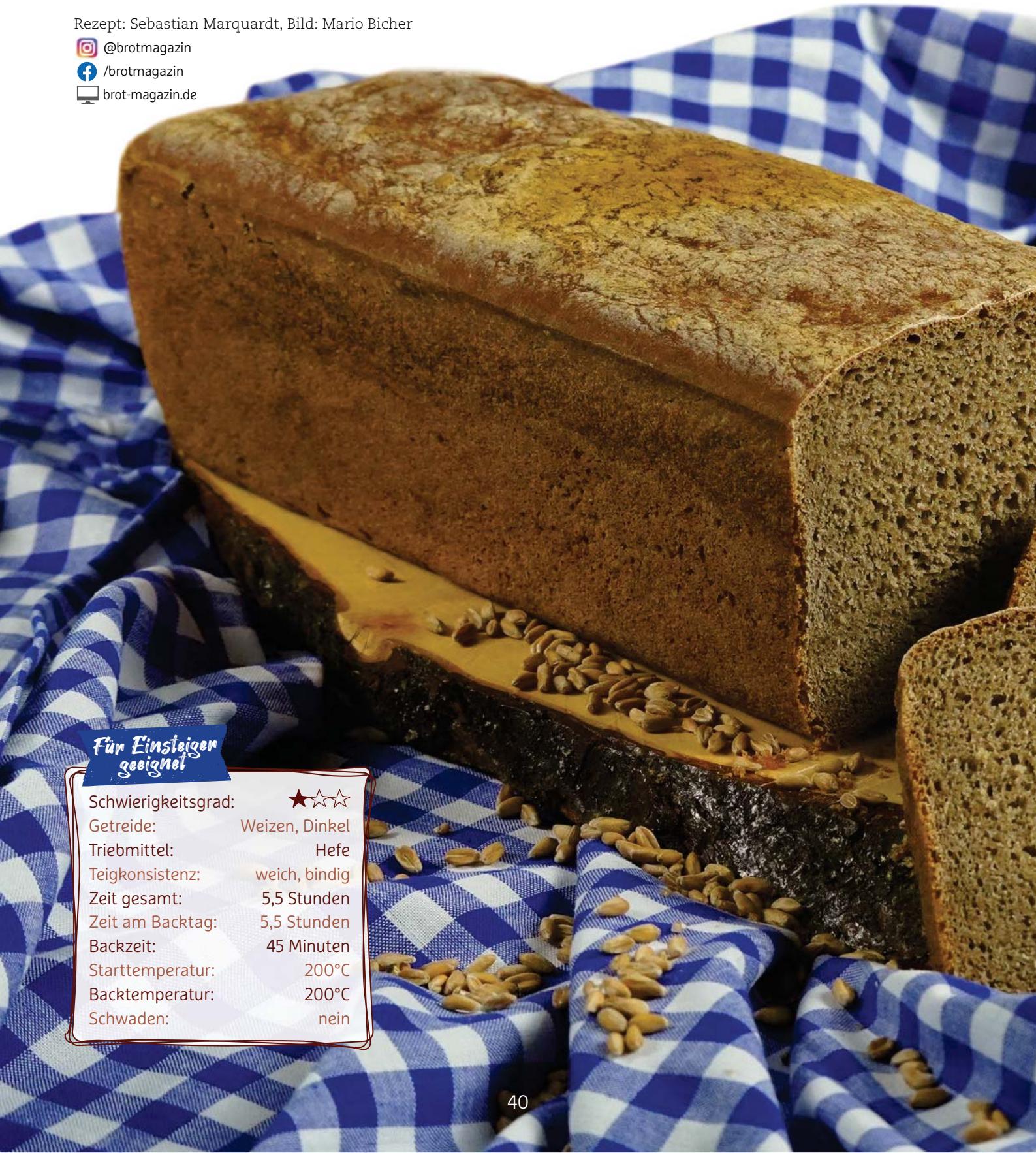
# Weikel

Rezept: Sebastian Marquardt, Bild: Mario Bicher

 @brotmagazin

 /brotmagazin

 brot-magazin.de



Für Einsteiger  
geeignet

Schwierigkeitsgrad:



Getreide:

Weizen, Dinkel

Triebmittel:

Hefe

Teigkonsistenz:

weich, bindig

Zeit gesamt:

5,5 Stunden

Zeit am Backtag:

5,5 Stunden

Backzeit:

45 Minuten

Starttemperatur:

200°C

Backtemperatur:

200°C

Schwaden:

nein

Wenn die Verwandten Weizen und Dinkel in ihrer Vollkorn-Variante aufeinandertreffen, dann wird es aromatisch und saftig. Während der Dinkel zum Trockenbacken neigt, bindet das Weizenmehl hervorragend Wasser. Und so passt dieses Vollkornbrot auch am vierten Tag noch wunderbar zu herzhaften Belägen.

- ➊ Die Zutaten 15 Minuten auf langsamer Stufe mischen. Danach kräftig dehnen und falten, in eine gefettete Kastenform (zirka 30 cm) geben und zugedeckt bei Raumtemperatur etwa 4 Stunden gehen lassen.
- ➋ Rechtzeitig den Ofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- ➌ Die Teigoberfläche mit Wasser benetzen und die Form in den Ofen geben. 45 Minuten backen. ■

## Teig-Zutaten

- 580 g Wasser (lauwarm)
- 350 g Dinkelmehl Vollkorn
- 350 g Weizenmehl Vollkorn
- 14 g Salz
- 4 g Frischhefe



### Zeitraster

14.00  
Hauptteig ansetzen

14.20 Uhr  
Teig in die Form geben

17.50 Uhr  
Ofen vorheizen

18.20 Uhr  
Backen

19.05 Uhr  
Brot fertig

# Helene

Wer an Sauerteigbrot denkt, hat oft eine kräftig ausgebackene Kruste und eine dunkle – gern Roggen-betonte – Krume im Sinn. Es geht aber auch anders.

Zwar bleibt es bei der rustikalen Kruste, weil die schließlich viel Aroma in den Laib bringt, aber im Inneren wird's hell und fluffig.

Denn ausschließlich helles Weizenmehl kommt zum Einsatz. Und so mundet dieses Brot mit herhaftem Käse ebenso wie mit süßer Konfitüre.

## Sauerteig

- 180 g Wasser (warm)
- 280 g Weizenmehl 550
- 15 g Anstellgut

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt 10-16 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

## Hauptteig

- Sauerteig
- 300 g Wasser (kalt)
- 320 g Weizenmehl 550
- 12 g Salz

### Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	weich, bindig
Zeit gesamt:	14,5-20,5 Stunden
Zeit am Backtag:	4,5 Stunden
Backzeit:	45 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	230°C
	nach 10 Minuten
Schwaden:	beim Einschießen

- Die Zutaten 10 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann 10 Minuten auf schnellerer Stufe kneten und zugedeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten gehen lassen.
- Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche rundwirken und mit Schluss nach unten im bemehlten Gärkörbchen 60 Minuten bei Raumtemperatur zur Gare stellen.
- Rechtzeitig den Ofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Die Teigling sanft aus dem Gärkörbchen stürzen, mit Schwaden in den Ofen geben. Die Temperatur nach 10 Minuten auf 230°C reduzieren und weitere 35 Minuten backen. ■



Rezept: Sebastian Marquardt

Bild: Mario Bicher

 @brotmagazin

 /brotmagazin

 brot-magazin.de



## Zeitraster

22.00  
Sauerteig ansetzen

Nächster Tag

12.00  
Hauptteig ansetzen

14.30 Uhr  
Brot formen

15.05 Uhr  
Ofen vorheizen

15.35 Uhr  
Backen

16.20 Uhr  
Brot fertig

# Milo



Rezept: Sebastian Marquardt  
Bild: Mario Bicher

@brotmagazin  
 /brotmagazin  
 brot-magazin.de



## Zeitraster

20.00 Uhr  
Sauerteig ansetzen

Nächster Tag

10.00  
Hauptteig ansetzen

12.30 Uhr  
Brot formen

13.05 Uhr  
Ofen vorheizen

13.35 Uhr  
Backen

14.25 Uhr  
Brot fertig



Gewöhnlich steht Roggen für das Herzhafte, Weizen für die helle Milde. Man kann das Blatt aber auch mal wenden. So werden in diesem Teig helles Roggenmehl und Weizen-Vollkornmehl vermählt. Heraus kommt ein herhaft-rustikaler Laib, der eine deftige Mahlzeit geschmackvoll begleitet.

- Die Zutaten 10 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann 7 Minuten auf schnellerer Stufe kneten und zugedeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten gehen lassen.
- Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche langwirken und mit Schluss nach oben im bemehlten Gärkörbchen 60 Minuten bei Raumtemperatur zur Gare stellen.
- Rechtzeitig den Ofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Den Teigling sanft aus dem Gärkörbchen stürzen, einschneiden und in den Ofen geben. Die Temperatur auf 230°C reduzieren und 50 Minuten backen. ■

### Tipp

Das **BROTGranulat** dient hier der höheren Festigkeit und besseren Handhabbarkeit des Teiges. Man kann es durch 30 g Altbacken (gemahlen) ersetzen oder auch weglassen. Dann ist der Teig weicher und erfordert beim Formen etwas mehr Geschick.

## Sauerteig

- 180 g Wasser (warm)
- 200 g Roggenmehl 1150
- 10 g Anstellgut

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt 8-14 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

## Hauptteig

- Sauerteig
- 300 g Wasser (kalt)
- 250 g Weizenmehl Vollkorn
- 150 g Roggenmehl 1150
- 20 g **BROTGranulat**  
Roggenvollkorn (optional)
- 12 g Salz

### Tipp

Anstelle von **BROTGranulat** Roggenvollkorn kann auch Ackerbohnen-, Buchweizen- oder Dinkel-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 70 oder unter [brot-magazin.de/einkaufen](http://brot-magazin.de/einkaufen).



Einen kostenlosen Einführungskurs **BROTGranulat** findest Du unter [brot-akademie.com](http://brot-akademie.com). Dort erfährst Du alles über diese Backzutat und wie man sie verwendet. Zum Kurs zählt auch eine Videoanleitung zur Herstellung eines Brotes mit **BROTGranulat**.

Schwierigkeitsgrad:



Getreide: Roggen, Weizen

Triebmittel: Sauerteig

Teigkonsistenz: fest, klebrig

Zeit gesamt: 12,5-18,5 Stunden

Zeit am Backtag: 4,5 Stunden

Backzeit: 50 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 230°C sofort

Schwaden: nein

Das Schwäbische Landbrot ist nicht so ganz klar definiert. Aber klar ist natürlich, dass Dinkel in den Teig gehört. Schließlich ist die schwäbische Alb eine Wiege des Korns. Und der schwäbische Gaumen mag es eher mild bis süßlich. Diese Parameter machen das Schwäbische zu einem perfekten Alltags-Allrounder, auf dem jeder Belag überzeugt.

## Vorteig (Poolish)

- 200 g Wasser (eiskalt)
- 200 g Dinkelmehl Vollkorn
- 0,1 g Frischhefe

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt 8-14 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

## Hauptteig

- Vorteig
- 260 g Wasser (kalt)
- 400 g Weizenmehl 550
- 12 g Honig
- 12 g Salz
- 6 g Frischhefe

- Die Zutaten 10 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann 7 Minuten auf schnellerer Stufe kneten und zugedeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten gehen lassen.
- Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche rundformen und mit Schluss nach unten im bemehlten Gärkörbchen 60 Minuten bei Raumtemperatur zur Gare stellen.
- Rechtzeitig den Ofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Den Teigling sanft aus dem Gärkörbchen stürzen und unter Schwaden in den Ofen geben. Die Temperatur auf 220°C reduzieren und 50 Minuten backen. ■

Rezept: Sebastian Marquardt  
Bild: Mario Bicher



Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★
Getreide:	Weizen, Dinkel
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	weich, bindig
Zeit gesamt:	12,5-18,5 Stunden
Zeit am Backtag:	4,5 Stunden
Backzeit:	50 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	220°C sofort
Schwaden:	beim Einschießen

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



# Schwabinsky



## Zeitraster

22.00  
Vorteig ansetzen

Nächster Tag

10.00  
Hauptteig ansetzen

12.30 Uhr  
Brot formen

13.05 Uhr  
Ofen vorheizen

13.35 Uhr  
Backen

14.25 Uhr  
Brot fertig

# Euer BROT

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



Hier sind meine Joghurt-Fluffies aus dem **BROTSonderheft Schnelles Brot**. Viereckige Brötchen finde ich persönlich zu langweilig, daher habe ich mich für eine kreative Formgebung entschieden.

**Evy Rotfuchs**

Ich habe schon lange nicht mehr gebacken, aber als ich BROT 02/23 in Händen hielt, konnte ich nicht anders. Der Rustikale Joghurtkloben hat es mir angetan. Es ist sehr praktisch, dass man dabei ohne Küchenmaschine auskommt. Ich finde das Rezept sehr gelungen.

**Doris Ziel**



Die Rockis aus BROT 01/23 sind gleich beim ersten Versuch gut gelungen, wie man auf dem Foto erkennen kann. Sie entwickeln sich zu unseren Lieblingsbrötchen. Gerade in der kalten Jahreszeit schmecken sie sehr gut zum Kräutertee, den meine Frau aus selbst gepflückten Kräutern mischt.

**Bernd Rüger**



- Brotbacken entspannt mich, dabei kann ich herunterfahren. Deshalb habe ich, gleich nachdem ich BROT 02/23 bekommen habe, den Hero gebacken. Verwendet wurden Zutaten, die ich immer zu Hause habe.
- Das Brotgranulat habe ich durch selbstgeröstetes Altbrot ersetzt. Herausgekommen ist ein wunderschönes Roggenbrot.
- **Tanja Funk**

Meine Familie hat sich ein frei gebackenes Brot gewünscht. Deshalb habe ich das Rezept für das Luftige Landbrot aus BROT 06/20 ausgegraben. Das Brot kommt mit nur vier Zutaten aus: Weizenmehl, Wasser, Hefe, Salz. Der Teig kommt über Nacht in den Kühlschrank und kann am nächsten Tag in den Ofen. Die Kruste ist besonders gut geworden. Der Familie hat es geschmeckt.

**Michael Erskine**





Es war mal wieder ein Backtag und ich habe Dalia aus **BROT** 02/23 aus dem Ofen geholt. Dank Kochstück ist das ein rundherum saftiges Brot. Es hat eine knusprige Kruste und ein perfektes Aroma – dank des vollen Korns.

**Enrico Hader**

Ich habe den Rustikalen Joghurtkloben aus **BROT** 02/23 gebacken. Da ich nicht genug Weizenmehl da hatte, habe ich zirka zwei Drittel durch Dinkelmehl 1050 ersetzt. Das Brot ist einfach spitze. Es ist nicht nur schön locker und hält wirklich lange frisch, es schmeckt auch einfach unglaublich gut. Die milde Säure des Joghurts passt wirklich gut zu dem leicht nussigen Aroma des Dinkelmehls. Ich werde es definitiv regelmäßig backen.

**Kevin Adams**



Ich habe die Milchbrötchen aus **BROT** 02/23 gebacken. Allerdings als vegane Variante. Milchbrötchen sind einfach super lecker, am besten schmecken sie mir noch heiß aus dem Ofen.

**Petra Schneidewind**



Lange schon habe ich mir vorgenommen, einen Pumpernickel zu backen. Jetzt habe ich es getan und es ist sehr gut geworden. Der Pumpernickel aus **BROT** 01/18 ist so super geworden, wie ich es mir erhofft hatte. Das Brot ist schön dunkel und fest und schmeckte nach einer eintägigen Ruhezeit sehr lecker und würzig mit dem typisch süßlichen Pumpernickel-Geschmack. Das wird unbedingt nochmal gebacken.

**Christiane Grüne**

Am Nachmittag aus dem Ofen gehüpft, am nächsten Morgen der Anschnitt: Es ist das Macchiato Rapido aus dem **BROT**Sonderheft **Schnelles Brot**. Das Brot ist schön locker und saftig geworden.

**Bea Schmitz**



Ich habe zwei Rezepte nachgebacken: Neben dem Kürbis-Zwürbel aus **BROT** 04/22 fiel die Wahl auf die Irish Malts aus dem **BROT-Sonderheft Schnelles Brot** mit Sauerteigresten und Malzbier. Das riecht beides sehr lecker.

**Claudia Krull**





Neben dem Vollkorn-Dreikorn aus BROT 02/23 habe ich das Roemer aus dem **BROTSonderheft Schnelles Brot** gebacken. Es schmeckt sehr gut, ist jedoch recht breit statt hoch geworden.

**Ursula Schottroff**



Darf ich vorstellen? Das ist Ulf aus BROT 05/22. Ich war auf den Anschnitt gespannt und stellte fest, dass es ein herhaftes Sattmacherbrot ist. Sehr schönes Rezept, das backe ich bestimmt bald wieder.

**Andrea Matthä**



Bei mir sind das Härdöpfel-Baumnussbrot und Das Brot des Manito knisternd aus dem Ofen gehüpft. Beide entstammen BROT 02/23. Schade war nur, dass ich sie nicht sofort probieren konnte, weil sie für einen Besuch am Abend eingepflanzt waren.

**Birgit Schuchert**



Ich habe den Orangenlaib aus BROT 02/23 nachgebacken. Es wollte wohl ein Windbeutel werden, ist mir allerdings auch ungünstig in die Backform gefallen. Der Duft ist aber himmlisch.

**Andrea Dannheim**

Nach etlichen Wochen ohne Brot habe ich mich heute in der Facebook-Gruppe von BROT inspirieren lassen. Die Wahl fiel auf Omas Liebling aus BROT 03/21, in leicht abgewandelter Form aufgrund von Zeitmangel. Es duftet herrlich, richtig aromatisch. Ich bin sehr auf den Anschnitt gespannt.

**Nadja Zander**



Ist dieses Sonntagsbrot nicht toll? Der Rustikale Joghurtkloben, ein No-Knead-Rezept aus BROT 02/23, von meiner Frau gebacken. Verfeinert wurde das Brot mit Südtiroler Brotgewürz. Es schmeckt super.

**Jürgen Beuth**

Ich habe schon viele Rezepte aus BROT gebacken, manchmal sogar mehrfach. Endlich kann ich das Ergebnis vom Weihnachtlichen Zupfbrot aus BROT 01/23 zeigen. Es ist sehr gut gelungen und mein kleiner zweijähriger Enkel hat es genossen, davon zu naschen.

**Olga Schmidgal**



**Zeigt her Eure Brote!**

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

**HALTBAR & LECKER**

# SPEISEKAMMER

**Die perfekte homemade Tiefkühlpizza**

**Salzkonsum**  
Wie man ihn reduziert und warum das wichtig ist

**Vegane Alternativen**  
Selbstgemacht schmeckt's am besten

**Die Mischung macht's**  
Bowls: mehr als nur gemischter Salat

Warum wir mehr fermentieren sollten

## Fermente: einfach, gesund, lecker

h und Begleiter Wild.

Ausgabe 01/2023, 5,90 EUR  
A: 5,90 Euro, CH: 11,60 sFR, BeNeLux: 6,90 Euro  
[www.speisekammer-magazin.de](http://www.speisekammer-magazin.de)

**€5,90**

**2 für 1**

Zwei Hefte zum Preis von einem Digital-Ausgaben inklusive

*Jetzt abonnieren und keine Ausgabe mehr verpassen*

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



## Eine Reise durch die Welt der handwerklichen Bäckereien

# Brotbacken für Leib und Seele

Die Leidenschaft für gutes Brot aus handwerklicher Herstellung begleitet die Journalistin Barbara van Melle seit Jahren. Für ihr neues Buch „Laib mit Seele“ besuchte die Wienerin Bäckerinnen sowie Bäcker aus Deutschland und Österreich, um sie zu porträtieren. Entstanden ist eine Geschichtensammlung der besonderen Art mit zahlreichen bekömmlichen Brotrezepten.

Text: Edda Klepp  
Bilder: Brandstätter Verlag

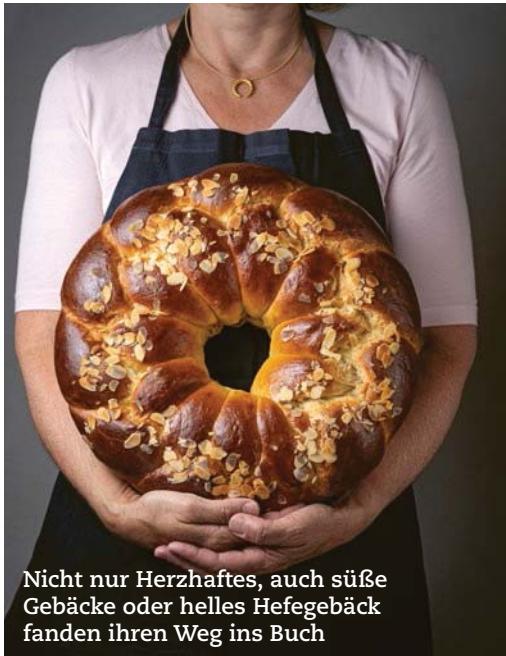
**W**as braucht man zum Brotbacken? Wie in jedes gute Backbuch steigt auch Barbara van Melle in ihrem neuesten Werk „Laib mit Seele“ mit dieser elementaren Frage ein. Mehl, Wasser, Salz, eine Schüssel zum Teigmischen und vielleicht noch allerlei nützliche Utensilien, so ihre Antwort. Der kurzen Einführung folgen eine Zutatenlehre sowie ein Crashkurs in der Brotherstellung, eine Auswahl an Rezepten – und schon entführt die Autorin ihre Leserschaft in die 5.000-Seelen-Gemeinde St. Marien.

### Über Brot bloggen

Hier ist der Bäckermeister Dietmar Kappl als Betriebsleiter der Bäckerei Reichl Brot tätig. Hobbybäckerinnen und -bäckern ist er auch als Brotblogger ein Begriff. Und nicht nur denen. Auch Profis haben sich auf dem „Homebaking Blog“ schon allerhand Inspi-

ration geholt. „Dietmar ist ein Phänomen“, schreibt van Melle, „wahrlich besessen vom Brotbacken, vom Rezeptekreieren und von der Freude am Experimentieren. Sein Blog, der seit acht Jahren online ist, verzeichnet jeden Monat fast eine halbe Million Besuche – das sagt doch eigentlich schon alles.“

Statt seine Rezepturen streng unter Verschluss zu halten, gibt Kappl bereitwillig sein Wissen weiter, beantwortet Fragen und erklärt Fertigkeiten. Eine Besonderheit in der Branche, wie die Autorin betont. Und eine Eigenschaft, die zugleich auch die Philosophie einer neuen Generation von Bäckerinnen und Bäckern kennzeichnet. Neben Leidenschaft, besten regionalen Zutaten und langzeitgeführten Gebäcken bringen sie häufig eine große Offenheit mit, laden in ihre Backstuben ein und lassen sich auf die Finger gucken.



Nicht nur Herzhaftes, auch süße Gebäcke oder helles Hefegebäck fanden ihren Weg ins Buch



Die Oberösterreicherin Barbara Schmidl knüpfte für ihre Bäckerei zahlreiche regionale Kooperationen und rettete ihren Familienbetrieb vor der Insolvenz

## Regionale Kooperationen

Weiter geht van Melles Reise nach Baden-Württemberg zu Sophie Henne und ihrer Bäckerei „Brotique“. Hier erfährt die Leserschaft etwas über eine regionale Erzeugergemeinschaft, die beste Rohstoffe liefert. Die Autorin macht Station in Berlin, dann Niederösterreich sowie in Kärnten. Sie trifft auf Rustikales und Feinsinniges und besucht auch die Unternehmerin Barbara Schmidl, die durch die Umstellung auf qualitativ hochwertige Backwaren ihre Familienbäckerei vor der Insolvenz rettete.

Dabei vermittelt van Melle in Porträts und kurzen Ausflügen in die Landwirtschaft Hintergrundwissen zu den Herstellungsweise und zu den Produkten, garniert mit zahlreichen Rezepten nach jedem Geschmack.

## Back-Partnerschaft

Schließlich landet sie, nach Stippvisiten in Tirol und dem Burgenland, wieder in Wien. Wie sollte es auch anders sein. Hier nahm

die Reise ihren Anfang und hier gründete van Melle 2018 ihr eigenes Backunternehmen, die Brotbackschule „Kruste & Krume“, gemeinsam mit dem „reisenden Bäckermeister“ Simon Wöckl. Ihrem Geschäftspartner ist denn auch das letzte Porträt des Buches gewidmet.

„Simon hat ein untrügliches Gespür, wenn es um Teige geht, er bäckt Brote, die schlichtweg zum Niederknien sind, und er hat ein umfassendes Wissen in allen backtechnologischen Belangen“, schwärmt die Autorin. Wie gut, dass beide die gemeinsame Backleidenschaft teilen und ihr Wissen liebend gern an andere weitergeben. In ihren Kursen und auch in Buchform. „Laib mit Seele“ ist für 32 Euro beim Brandstätter Verlag erhältlich. ■

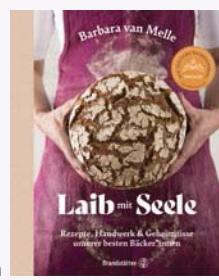


Neben Einblicken in die Backstuben gibt es im Buch auch allerlei Rezepte, zum Beispiel für die typischen Südtiroler Vinschgauer



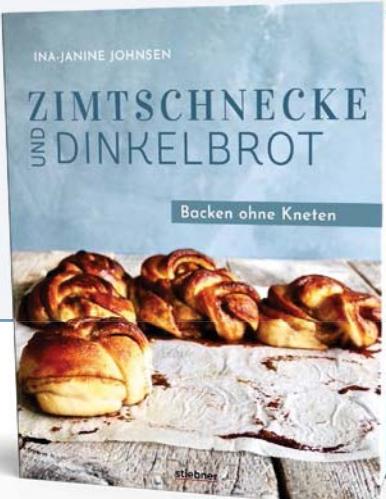
Der österreichische Bäckermeister Dietmar Kappl schreibt nicht nur gerne über Brot auf seinem „Homebaking Blog“, sondern arbeitet auch als Backstubenleiter bei Reichl Brot in St. Marien

Barbara van Melle  
**Laib mit Seele – Rezepte, Handwerk & Geheimnisse unserer besten Bäcker\*innen**  
Brandstätter Verlag  
240 Seiten  
ISBN: 978-3-7106-0636-6  
32,00 Euro  
 brandstaetterverlag.com



# 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.



„Zimtschnecke und Dinkelbrot“ ist der Titel eines neuen Buches zum Thema No Knead Baking, also dem Backen mit Teigen, die nicht geknetet werden müssen. Die norwegische Köchin und Bloggerin Ina-Janine Johnson widmet sich dem Verfahren und zeigt, wie sich damit alles von Zimtschnecken über Pizza bis hin zu Körnerbrötchen oder dem klassischen Brot backen lässt. Neben der einfachen Methode liegt der Autorin am Herzen, dass ihre Anleitungen so gesund wie möglich sind. Daher enthalten die Rezepte Infoboxen zu den gesunden Eigenschaften des jeweiligen Gebäcks. In einem Spezialkapitel geht es außerdem um das Verwerten von Brotresten.

stiebner.com

Ina-Janine Johnson  
**Zimtschnecke und Dinkelbrot –  
Backen ohne Kneten**  
Stiebner Verlag  
248 Seiten  
ISBN: 978-3-8307-1065-3  
32,- Euro

butternutbakeryblog.com



In ihrem Blog

Apt. 2B Baking Co. gibt die in Brooklyn ansässige Bäckerin und Fotografin Yossy Arefi einen Einblick in ihre Back- und Foto-Skills. Wer auf der Suche nach neuen Rezeptideen ist, wird hier fündig. Neben Brot und Brötchen oder Gebäck wie Croissants und Emmer Wheat Bread kommen auch Kuchen und Desserts nicht zu kurz. Ergänzt werden die Rezepte, die teils von Yossy selbst stammen und teils adaptiert sind, immer mit einer persönlichen Anekdote.

**APT. 2B**  
-BAKING CO.-

BREAD + BISCUITS



apt2bbakingco.com

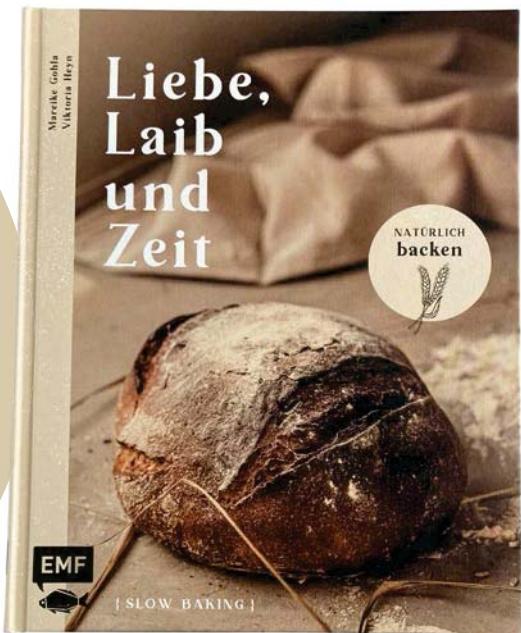


Dass Backen und Fotografieren sehr gut zusammenpassen, lässt sich mit Blick auf das Blog Butternut bakery schnell erkennen. Dahinter steckt Jenna, die nicht nur backt, sondern die Ergebnisse auch wirksam in Szene setzt. Wollte sie anfangs schlichtweg ihre Backleidenschaft teilen, sind nach einer Weile Rezepte für verschiedene Arten von Diäten in den Vordergrund gerückt. Nicht zuletzt, da Jenna selbst eine Unverträglichkeit gegenüber Gluten und Milch bei sich festgestellt hat. Im Blog finden sich Rezepte für Muffins, Scones, Kuchen und Cupcakes, aber auch für verschiedene Brotsorten. Was hinter ihrem Gluten Free Lemon Poppy Seed Bread oder ihrem Best Healthy Pumpkin Bread steckt, lässt sich mit einem Klick am besten selbst herausfinden.



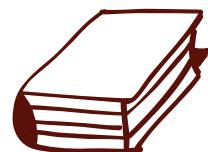
 Das Autorinnen-Duo aus der leidenschaftlichen Köchin und Bäckerin Mareike Gohla sowie Viktoria Heyn, die immer wieder sonntags ihren Sauerteig-Brotback-Tag zelebriert, hat sich dem Thema Slowbaking angenommen. Ihr Buch „Liebe, Laib und Zeit“ beinhaltet mehr als 70 Rezepte für Brote, Brötchen und mehr. Neben dem zentralen Fokus auf lange Gehzeiten, werden viele Facetten des Backhandwerks beleuchtet, ob nun Sauerteig, Hefe, vegane Alternativen, alte Mehlsorten, gluten- oder auch zuckerfreies Backen. In den Rezepten finden sich unter anderem ein Kürbisbrot mit Schwarzkümmel, Möhren-Hirse-Brötchen sowie ein Pfannenbrot.

Mareike Gohla, Viktoria Heyn  
**Liebe, Laib und Zeit**  
EMF Verlag  
208 Seiten  
ISBN: 978-3-7459-1453-5  
34,- Euro



Auf dem Instagram-Kanal Judith | Sourdough & Bread dreht sich alles um Sauerteig und Brot. Kanalbetreiberin Judith legt dabei großen Wert auf eine schöne Optik ihrer Brote. So zieren diese neben pflanzlichen Motiven auch mal solche aus der maritimen Welt oder künstlerisch inspirierte. Tipps und Tricks, Informationen zu Online-Workshops sowie Rezepte oder das Thema Formgebung finden sich überdies in den Story-Highlights des Kanals. Wer einmal einen Blick auf Judiths Brotkunst werfen will, ist nur einen Klick entfernt.

 @bread\_spiration



Schonmal vom **BROTForum** gehört? So heißt die Facebook-Gruppe rund ums Magazin. In diesem virtuellen Raum können die Inhalte aus dem Heft diskutiert und nachgebackene Rezepte präsentiert werden. Leserinnen und Leser bekommen die Gelegenheit, sich mit Gleichgesinnten auszutauschen und erhalten so Zugang zu einer hilfsbereiten Community, die vor keinen Fragen oder Schwierigkeiten aus der heimischen Küche zurück-schreckt. Auch aktuelle Neuheiten zu **BROT** bekommt man dort backfrisch aus erster Hand. So verpasst man weder die nächste Neuerscheinung noch Rabattaktionen oder Buchverlosungen.

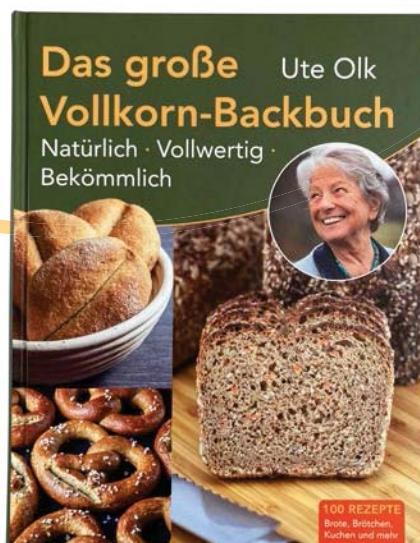


 /groups/brotforum

Auf vierzig Jahre Leidenschaft fürs Backen blickt die gelernte Bäckerin Ute Olk mittlerweile zurück. Heute ist die gebürtige Wienerin in ganz Deutschland unterwegs und teilt ihr Wissen wie auch ihre Rezepte in Backkursen. In ihrem neuen Buch „Das große Vollkorn-Backbuch“ gibt sie einen tiefen Einblick in ihren Erfahrungsschatz. Mehr als 100 Rezepte für Brote, Brötchen, Kuchen und Co. sind darin enthalten. Mit dabei sind unter anderem ein Rezept für ein Karottenbrot, ein Norddeutsches Schwarzbrot mit Emmer oder Schwäbische Seelen. Ein Extrakapitel am Ende widmet sich zusätzlich dem Thema Teige. Neben einer Anleitung für einen Backferment-Grundansatz findet sich dort beispielsweise das Rezept für einen glutenfreien Maissauerteig.

Ute Olk  
**Das große Vollkorn-Backbuch – Natürlich, vollwertig, bekömmlich**  
 Conte Verlag  
 240 Seiten  
 ISBN: 978-3-95602-223-4  
 29,- Euro

 conte-verlag.de



Wie lassen sich Erfahrungen aus der Profiküche für das Nachkochen und -backen zuhause zugänglich machen? Dieser Frage geht der professionelle Koch und Bäcker Brian Lagerstrom auf seinem YouTube-Kanal nach. Hunderttausenden Abonnenten verspricht er dabei ein bis zwei Videos pro Woche, meist montags und donnerstags, die sich auf verschiedene Bereiche fokussieren. Neben einer Vielzahl von Variationen klassischer Gerichte zählen dazu auch einige Brotbacktechniken. Eines seiner Videos zeigt die Zubereitung eines Jumbosandwiches für zehn Personen. In einem anderen widmet sich der Koch dem klassischen französischen Brioche.

Screenshot of Brian Lagerstrom's YouTube channel page:

- Profile picture: Brian Lagerstrom
- Channel name: Brian Lagerstrom
- Subscribers: 857.000 Abonnenten
- Upload schedule: NEW VIDEOS ON THURSDAYS AND MONDAYS
- Recent video: 1 DOUGH 3 LOAVES | The Easiest... (4.5 Mio. Aufrufe, vor 2 Jahren)
- Popular videos:
  - 1 DOUGH 3 LOAVES | The Easiest... (4.5 Mio. Aufrufe, vor 2 Jahren)
  - PASTA SALAD PASTA SALAD 3 WAYS (Literally The Best Past... (3.8 Mio. Aufrufe, vor 2 Jahren)

 @BrianLagerstrom



Brote so weit das Auge reicht – auf dem Instagram-Kanal Brot und Mehl von Lusi können sich Heimbäckerinnen und -bäcker von zahllosen selbstgebackenen Laiben und frisch angeschnittenen Brotscheiben inspirieren lassen. Zum Beispiel gibt es da einen Beitrag aus dem Juli 2021, in dem freudig berichtet wird, dass das für den Kroatienurlaub gebackene Haferflockenbrot genau bis zum letzten Frühstück gereicht hat. Immer wieder wird auch kommentiert, wie die gezeigten Bäckergebnisse zustande gekommen sind und wie das Fazit letztlich ausfällt.



 @brot\_und\_mehl



Rezept & Bild: David Ruppert

@gamer.backt

# Sweet-Chili-Avocado-Baguette

Die Sonne scheint, der Grill ruft in den frühlingshaften Garten und dabei darf Baguette auf keinen Fall fehlen. Mit seiner süß-scharfen Note passt es perfekt zu frischem Grillgut und Salaten. Aber Vorsicht: Es herrscht Suchtpotenzial und weckt auch die letzten noch verschlafenen Geschmacksknospen aus dem Winterschlaf.

- Alle Zutaten – außer Avocado-Creme – auf langsamer Stufe 3 Minuten mischen, dann 10 Minuten auf schnellerer Stufe kneten. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur 5 Stunden gehen lassen, dabei stündlich einmal dehnen und falten.
- Die Avocado-Creme mit den Händen beim Dehnen und Falten einarbeiten. Dafür die Creme zunächst auf die gesamte Teigoberfläche verteilen.
- Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und in 4 etwa gleich große Portionen à zirka 285 g teilen.
- Die Teiglinge jeweils zur gewünschten Baguette-Länge langwirken und in einem bemehlten Backkleinen (alternativ Geschirrhandtuch) zugedeckt bei Raumtemperatur 60 Minuten zur Gare stellen.
- Rechtzeitig den Ofen auf 250°C Ober /Unterhitze vorheizen.
- Die Teiglinge jeweils dreimal schräg im 45°-Winkel einschneiden, mit Schwaden in den Ofen geben und 20 Minuten backen. Die Temperatur auf 210°C reduzieren und weitere 10-15 Minuten backen. ■

## Chili-Honig

► 3-4 Chilischoten

► 15 g Honig

Die Chilis kleinschneiden und in ein Gefäß mit dem Honig geben. Mindestens 48 Stunden zugedeckt bei Raumtemperatur ruhen lassen.

## Sauerteig

► 45 g Wasser (kalt)

► 65 g Weizenmehl 550

► 10 g Anstellgut

Die Zutaten gründlich mischen und 10-12 Stunden zugedeckt bei Raumtemperatur reifen lassen.

## Avocado-Creme

► 1 Avocado

► Saft einer 1/2 Limette

Das Fruchtfleisch der Avocado mit einer Gabel zerdrücken und den Limettensaft unterrühren. Zugedeckt bei Raumtemperatur bis zur weiteren Verwendung etwa 15 Minuten stehen lassen.

## Hauptteig\*

► Chili-Honig

► Sauerteig

► 370 g Wasser (kalt)

► 585 g Weizenmehl 550

► 12 g Salz

Spätere Zugabe

► Avocado-Creme

\*Ergibt 4 Stück

Schwierigkeitsgrad:

★★★

Getreide:

Weizen

Triebmittel:

Sauerteig

Teigkonsistenz:

mittelfest

Zeit gesamt:

55-57 Stunden

Zeit am Backtag:

7 Stunden

Backzeit:

30-35 Minuten

Starttemperatur:

250°C

Backtemperatur:

210°C

nach 20 Minuten

Schwaden:

beim Einschießen

# Das perfekte Baguette

Text: Edda Klepp

# Backen wie in Frankreich

Eine offene, unregelmäßig Krume, eine zartsplitterige Kruste und karamellige Noten – das sind die Charakteristika des typischen französischen Baguettes. Um das Aroma und die Porung ins Stangenbrot zu bringen, braucht es Baguettemehl sowie ein wenig handwerkliches Geschick. Nach zwei Tagen Teigruhe und mit dem notwendigen Wissen gelingen die formschönen Gebäcke jedoch auch mit handelsüblichen Zutaten und entfalten schon bald ihren unverwechselbaren Geschmack in der heimischen Backstube.

Steffen Leonhardt, Bäckermeister und Brotsommelier aus Bretten, erinnert sich noch gut an die Backwaren in der französischen Boulangerie, die er im Rahmen eines Lehrgangs probierte. Der Duft der frisch gebackenen Baguettes, deren vanilleartige Noten Nase und Gaumen umschmeicheln. Das Geräusch der honiggelben und lebhaft-rustikalen Kruste, als sie zersplittert. Der glasig-elegante Glanz sowie der grobporige und karamellige Duft der leicht-gelblichen Krume.

Leonhardt, der sich in seiner Bäckerei durch sein Sortiment vom Wettbewerb abheben wollte, sah in französischer und mediterraner Backkunst eine Möglichkeit dazu. Neben solchen für Brioche, Croissant, Ciabatta und Fougasse zogen auch neue Baguette-Rezepturen in seine Backstube ein.

Die zartsplitterige Kruste mit einem kräftigen Ausbund, das karamellige Aroma, eine glasige Fensterung und wilde Porung der Krume sowie

ein mildes Säurespektrum zeichnen nach Erfahrung des Brotsommeliers das besondere Gebäck aus. Neben hochwertigen Zutaten, der Teigbereitung und -aufarbeitung spielt dafür der Backvorgang eine wesentliche Rolle.

## Die passenden Zutaten

Zunächst aber stellt sich die Frage, was genau überhaupt ins Baguette kommt. Die Zutatenliste Steffen Leonhardts ist kurz: „Mehl, Wasser, Hefe und Salz“, fasst er sie zusammen. Um ein möglichst starkes Klebergerüst im Teig zu erhalten, setzt der Bäckermeister auf das spezielle französische Baguette-Weizenmehl Type T65. „Darin werden verschiedene Edel-Weizensorten gemischt, die einen hohen Proteingehalt haben“, sagt er.





Steffen Leonhardt lernte die Kunst des Baguettebackens in Frankreich



Der Brotsommelier mag das rustikale Äußere seiner Langbrote

Mit den Proteinen ist Gluten gemeint, ein sogenanntes Klebereiweiß, das im Mehl enthalten ist und sich mit Wasser zu einem stabilen und elastischen Gerüst verbindet. Ohne dieses Gerüst halten sich Gärgerüste nicht gut im Teig, die später die Porung bilden. Nicht selten werden Produkte, die als Baguettzemehl T65 ausgewiesen sind, zusätzliche Stoffe beigemischt, die die Backfähigkeit positiv beeinflussen sollen.

Steffen Leonhardt ist ein rein handwerkliches Produkt ohne Zusatzstoffe wichtig. Er verzichtet bei seinem Weizenmehl T65 bewusst auf Ascorbinsäure. Dieser Stoff wird aus genetisch veränderten Mikroorganismen gewonnen und nach dem Mahlvorgang meist schon von der Mühle dem Mehl beigemengt, um die notwendige Lagerzeit zu verkürzen.

Statt des T65 kann man für Baguettes auch andere backstarke, also proteinreiche Weizenmehle verwenden, zum Beispiel eine Mischung aus 550er und Manitobamehl. „Allerdings sorgt T65 auch für die spezielle gelbliche Farbe im Teig“, gibt Leonhardt zu bedenken.



Seit 2022 zählt das französische Baguette zum immateriellen UNESCO-Weltkulturerbe

## AUSGEZEICHNETES GEBÄCK

2022 wurde das französische Baguette von der UNESCO zum immateriellen Weltkulturerbe gekürt. Die zuständige Kommission begründete ihre Entscheidung mit der Beliebtheit des Langbrotes und der großen kulturellen Vielfalt des Handwerksgebäcks. Auf der Liste des immateriellen Kulturerbes werden Bräuche, Feste und Handwerkskunst geführt, keine Gegenstände.



Die Brote werden  
15 Minuten bei  
großer Hitze  
gebacken



## BROTAKADEMIE



Wie man mit einfachen natürlichen Zutaten und wenigen Handgriffen perfekte Baguettes backen kann, die dem französischen Original geschmacklich in nichts nachstehen, lehrt der Onlinekurs „Masterclass Baguette“ der BROTAkademie. Für nur 29,- Euro erhält man dauerhaft Zugriff auf alle Lerninhalte über die Teigbereitung, das Formen und Einschneiden bis hin zum Backprozess. Infos und Anmeldung unter

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

Bei der Autolyse werden zunächst nur Wasser und Mehl vermischt



Um auf Backmittel zu verzichten, die die Aktivität im Teig beschleunigen, bietet sich die Beigabe einer kleinen Menge Roggenvollmehl an, das stärker enzymatisch ist als Weizenmehl. Die Enzyme zersetzen Stärke zu Zucker – das gibt einerseits den Hefen schneller Nahrung, andererseits dem Baguette seine leichte Süße.

Das Mehl im Baguetteteig hat Raumtemperatur, das Wasser hingegen sollte möglichst eiskalt sein, sodass die Teigtemperatur auch beim intensiven Knetvorgang durch die mechanische Beanspruchung des Knethakens nicht über 24°C steigt. Eiskaltes Wasser verquellt nicht zu hundert Prozent mit dem Mehl und verdampft später beim Backen, sodass eine noch schönere Porung entsteht.

Die entwickelt sich außerdem durch eine lange kalte Gare. Hierfür ist eine nur geringe Hefemenge als Triebmittel notwendig. „Maximal zwei Prozent, bezogen auf die Mehlmenge“, sagt Leonhardt. Zwei Prozent sollte auch die maximale Salzmenge betragen. Es wirkt hygroskopisch, bindet also Wasser, und strafft den Teig zusätzlich.

## Teigbereitung

Der Brotsommelier unterstützt die Verquellung des Mehls mit dem Wasser, indem er zu-

nächst einen Autolyseteig ansetzt. In diesen Teig kommt noch kein Triebmittel. Wasser und Mehl werden auf langsamer Stufe 3 bis 4 Minuten gemischt und dann zugedeckt bei Raumtemperatur 30 bis 60 Minuten zur Autolyse gestellt. „Dieser Vorgang sollte maximal 3 Stunden dauern, dann ist er abgeschlossen und ein spürbares Klebernetz entstanden“, sagt Leonhardt.

Im nächsten Schritt gibt der Bäckermeister alle weiteren Zutaten in den Teig und knetet ihn auf langsamer Stufe 24 Minuten aus. Dank der Vorverquellung kann an dieser Stelle auf schnelles Kneten verzichtet werden. „Es gibt Bäckereien, die das Salz erst später dazugeben. So haben wir das früher gelernt, um das Klebergerüst zu stärken. Bei mir kommt es direkt in den Teig, ich merke da fast keinen Unterschied“, so Leonhardt. Vielmehr bestünde sonst die Gefahr, es später versehentlich zu vergessen.

Während der langen Knetphase des Hauptteigs gibt der Bäckermeister gegebenenfalls weiteres Wasser hinzu, sofern das Mehl es noch aufnehmen kann. Nach dem Kneten wandert der Teig in Teigwannen und wird zirka 60 bis 90 Minuten zugedeckt bei Raumtemperatur zur Gare gestellt. „Während des-

sen noch zweimal dehnen und falten, um Spannung in den Teig zu bringen“, rät Leonhardt.

Zugedeckt räumt er dann die Teigwannen für 72 Stunden in die Kühlung. „Das funktioniert allerdings nur, wenn man keine weiteren Vorteile mit Triebmittel verwendet“, sagt er. Ein zu hoher Hefe-Anteil über Langzeitführung drücke aufs Volumen und verringere die Porung, so der Bäckermeister. Zudem sei nur eine leichte Säure für Baguettes charakteristisch. Über die lange Zeit in der Kühlung entwickelt sich ein rundes und reichhaltiges Aroma.

Nach den 72 Stunden darf sich der Teig bei Raumtemperatur zunächst 30 bis 60 Minuten akklimatisieren, dann wird er für die späteren Baguettes mit 250 g portioniert. „Wir formen den Teig locker zu einem kleinen Rechteck, sodass möglichst kein Gärgas herausgedrückt wird“, erklärt Leonhardt.

Nach einer weiteren halben Stunde Gare erhalten die Teiglinge ihre Baguetteform. Auch hierbei geht der Bäckermeister mit Vorsicht an den Teig. „Dafür das Rechteck mit dem Handballen einschlagen, den oberen Schluss nach unten wenden und zu einem länglichen Baguette ausrollen. Der Teig ist relativ weich und fluffig, der Gas-Einschluss soll erhalten bleiben.“ Es folgen 30 bis 45 Minuten Stückgare in einem Backkleinen.

## Der Backvorgang

Vor dem Backen werden die Teiglinge eingeschnitten. Traditionell erhalten sie drei oder fünf schräge Schnitte im oberen Drittel der Teiglingsoberfläche. Gebacken werden die Baguettes in Leonhardts Bäckerei für 15 Minuten auf heißem Untergrund bei gleich bleibenden 280°C. „Da wir kein Backmittel verwenden, braucht es starken Ofentreib“, sagt Leonhardt.

Um die volle Porung zu erhalten, ist es wichtig, den richtigen Zeitpunkt nicht zu verpassen, an dem die Teiglinge in den Ofen müssen. „Bei Übergare ent-



Charakteristisch für Baguettes ist unter anderem die offene Porung, die einen betörenden Duft verströmt

weicht das Gas, die Teiglinge fallen dann leicht zusammen und die Porung ist dahin“, erklärt der Brotsommelier. Besser sei es, die Teiglinge bei voller Gare oder sogar etwas früher einzuschließen. „Dann erhält man einen schönen, wuchtigen Ausbund sowie eine tolle Porung.“

Schwaden gibt man direkt oder nach 1 bis 3 Minuten, je nach gewünschtem Ergebnis. Steffen Leonhardt schwadet seine Baguettes direkt nach dem Einschießen. „Haben die Teiglinge Zeit, erst leicht zu verhauten, ergibt sich ein interessantes Muster auf der Krume“, sagt er.

Nach gut drei Tagen Teigruhe, wenigen Handgriffen und einer Viertelstunde Backzeit holt der Bäckermeister aromatische, grobporige und rustikal aufgerissene Baguettes aus seinem Ofen. Ganz so, wie er es in der französischen Boulangerie gelernt hat. ■

## BAGUETTE-TEIG

### Zutaten\*

- ▶ 420 g Wasser (eiskalt)
- ▶ 540 g Weizenmehl T65 (alternativ 270 g Weizenmehl 550 und 270 g Manitobamehl)
- ▶ 60 g Roggenmehl 1150
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 5 g Frischhefe

\*Ergibt 4 Teiglinge à 250 g

Anzeige

**Das Teigtuch zum mühelosen Entfernen von Teigresten**

Stinkender Putzlappen voller Teig? Das alles gehört mit dem Teiger der Vergangenheit an.

**TEIGER**  
Made in Germany

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

## Sauerteig

► 100 g Wasser (lauwarm)

► 100 g Weizenmehl 1050

► 10 g Anstellgut

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



## Vorteig (Poolish)

► 100 g Wasser (lauwarm)

► 100 g Weizenmehl 1050

► 1 g Frischhefe

Alle Zutaten gründlich mischen, zudeckt 2 Stunden bei Raumtemperatur anspringen lassen und dann für bis zu 12 Stunden in den Kühlschrank stellen.



## Hauptteig\*

► Sauerteig

► Vorteig

► 40 g Wasser (lauwarm)

► 345 g Weizenmehl 550

► 50 g Roggenmehl 997  
(alternativ Roggenmehl 1150)

► 370 g Kartoffeln  
(gekocht, zerdrückt)

► 18 g Salz

► 12 g Honig

► 7 g Frischhefe

### Spätere Zugabe

► 200 g Hopfensprossen  
(inklusive Olivenöl, in dem sie  
gebraten wurden, siehe Kasten)

\*Ergibt 12 Stück

Schwierigkeitsgrad:



Getreide:

Weizen

Triebmittel: Sauerteig, Hefe

Teigkonsistenz: weich

Zeit gesamt: 16,5 Stunden

Zeit am Backtag: 4,5 Stunden

Backzeit: 25-30 Minuten

Starttemperatur: 240°C

Backtemperatur: 240°C

Schwaden: beim Einschießen



# Hopfen-sprossen-brötchen

Hopfensprossen sind die jungen Triebe von wildem Hopfen. Man kann sie in den Monaten März bis Mai vorwiegend in Auwäldern sammeln. Geschmacklich erinnern sie mit ihrem leichten Bitteraroma an grünen Spargel. Dadurch schmecken die Brötchen zu allen pikanten Belägen und Aufstrichen.

● Alle Zutaten – außer Hopfensprossen – 18 Minuten auf langsamer Stufe mischen.

● Die Hopfensprossen mitsamt dem hitzefesten Olivenöl, in dem sie gebraten wurden, hinzugeben und 2 Minuten auf langsamer Stufe unterkneten. Den Teig zudeckt 15 Minuten bei Raumtemperatur ruhen lassen.

● Den Teig einmal dehnen und falten und weitere 15 Minuten ruhen lassen.

● 12 Teiglinge zu je etwa 120 g abstechen. Diese zunächst vorsichtig zu Kugeln vorformen, dann rundschleifen und mit Schluss nach unten zudeckt 15 Minuten bei Raumtemperatur ruhen lassen.

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

● Pro Brötchen jeweils 2 lange Hopfentriebe über Kreuz auf die leicht bemahlte Arbeitsfläche legen, jeweils einen Teigling mit dem Schluss nach oben daraufsetzen und die Sprossenenden am Schluss vorsichtig zusammenknö-



### Tipp

Hopfensprossen wachsen zwischen Mitte März und Mai an verschiedenen, meist etwas feuchteren Orten, zum Beispiel in Auwäldern oder in der Nähe von Flüssen oder Seen. Zum Ernten fasst man die freien Triebe eine Handlänge (etwa 20-30 cm) unterhalb der Spitze an und knipst sie ab. Die Triebe haben eine Art Sollbruchstelle. Nach dem Waschen eignen sich die Kräuter nicht nur zur Verfeinerung von Brot, sondern auch als leicht bittere Zutat auf Sandwiches oder in Salat. Wer keine Hopfensprossen hat, kann für dieses Rezept auch einfach kleingeschnittenen grünen Spargel verwenden, der kurz in einer Pfanne vorgegart wird.



ten. Dabei darauf achten, dass der Teigling nicht zu fest eingeschnürt wird, da die Brötchen noch aufgehen. Überstehende Sprossenenden abschneiden.

- Die Brötchen mit Knoten und Schluss nach unten auf ein mit Dauerbackfolie (alternativ Backpapier) ausgelegtes Backblech setzen und weitere 15-20 Minuten zugedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen.
- Die Brötchen in den Ofen geben und kräftig schwaden. 25-30 Minuten backen. ■



## ZUBEREITUNG HOPFENSPROSSEN

200 g Hopfensprossen waschen und sehr gut abtropfen lassen. Eventuell noch verbliebene holzige Stellen an den unteren Stielen entfernen. Kleine Blättchen an den Stielen können mitverarbeitet werden.

In einer großen Pfanne 35-55 g hitzefestes Olivenöl erwärmen und die Sprossen unter ständigem Wenden 5-15 Minuten bissfest garen.

Gegebenenfalls ab und zu einen Schluck Wasser hinzufügen, das nach dem Garen vollständig verdampft sein sollte.

Etwa 25 möglichst lange Hopfentriebe aus der Pfanne nehmen und zur Seite legen – sie werden zum Verschnüren der Brötchen benötigt. Die restlichen Sprossen in etwa 1 cm lange Stücke schneiden und zusammen mit dem Öl, in dem sie angebraten wurden, abkühlen lassen.



## Zeitstrahl

20.00 Uhr Sauerteig ansetzen	20.15 Uhr Vorteig ansetzen	Nächster Tag 8.00 Uhr Hopfensprossen vorbereiten	10.00 Uhr Hauptteig ansetzen	11.00 Uhr Brötchen formen	11.30 Uhr Ofen vorheizen, Brötchen binden	12.00 Uhr Backen	12.30 Uhr Brötchen fertig
---------------------------------	-------------------------------	--	---------------------------------	------------------------------	--	---------------------	------------------------------

Der Klosterbäcker Stefan Heins

# Brot für die Schwestern

Text & Bilder: Edda Klepp



Das Kloster in Wettenhausen im schwäbischen Landkreis Günzburg blickt auf eine mehr als tausendjährige Historie zurück. Seit bald acht Jahren begleitet Stefan Heins die Glaubensgemeinschaft der Dominikanerinnen als Bäcker. Im Keller des geschichtsträchtigen Ortes hat er der Backstube wieder Leben eingehaucht. Seither zieht regelmäßig der Duft frisch gebackenen Brotes aus der einst stillgelegten Klosterbäckerei.



Hinter dieser Kellertür verbirgt sich ein Kleinod: die Klosterbäckerei in Wettenhausen



Stefan Heins entspannt beim Backen sehr. Für die Schwestern im Kloster ist er vier- bis fünfmal im Jahr im Einsatz

**W**as haben Brotbacken und Ingenieurkunst gemeinsam? Beide Tätigkeiten beruhen auf naturwissenschaftlichen Erkenntnissen und schaffen nutzwerlige Erzeugnisse. Während der Ingenieur Stefan Heins jedoch vor allem theoretische Grundlagen für technische Systeme schafft, ist er als Bäcker mit allen Sinnen auch an der Produktion beteiligt. Eine Leidenschaft, die ihn seit seiner Kindheit begleitet.

Bevor er lesen konnte, habe er immer schon die Backbücher seiner Mutter mit ins Bett genommen und sich die Bilder angesehen, schreibt der Röfingener auf seinem Blog „Brot ingenieur“, auf dem er regelmäßig Rezepte veröffentlicht und von seinen Brotback-Fortschritten berichtet. Seit dieser Zeit ist viel geschehen. Aus seiner verspielten Liebhaberei wurde ein professionelles Hobby. Und aus dem Kind ein erwachsener Mann.

Stefan Heins ist inzwischen über 30, Meister als Industriefachwirt und studierter Wirtschaftsingenieur. Außerdem ist er der Bäcker im Kloster Wettenhausen nahe Günzburg, dessen Backstube er nebenberuflich mit einer Ausnahmegenehmigung betreibt. Aber zurück auf Anfang.

### Wie alles begann

Lebensmittel selbst herzustellen, hat in Heins' Familie eine lange Tradition. Mal schaute er als Kind seiner Oma beim Marmeladekochen zu, dann wieder half er der Mutter beim Plätzchenbacken. In der Grundschulzeit zogen erste eigene Backbücher in das Kinderzimmer ein. Mit etwa 13 entdeckte Stefan dann die Brotherstellung für sich.

Einen Einblick ins professionelle Brothandwerk bekam Heins durch seine Mutter. Sie arbeitete als Bäckereifachverkäuferin. „Brot aus dem Supermarkt kam für uns nicht in Frage“, sagt Stefan. Regelmäßig gab es daheim stattdessen das Drei-Pfund-Bauernbrot aus einer kleinen Bäckerei nahe Röfingen, mit kastanienbrauner Kruste, dichter Porung und einer angenehmen Säure. Ganz nach Heins' Geschmack.

Als der Betrieb dicht machte, musste eine andere Lösung her. Also backte Stefan das Brot für die fünfköpfige Familie – Heins hat noch zwei Brüder – nun selbst. Den Teig für erste eigene Backversuche knetete der Hobbybäcker von Hand. Sein Vater kam schließlich auf die Idee, im Garten einen eigenen Holzbackofen zu installieren. Nach anfangs noch etwas freudlosen Experimenten mit zugekauftem Sauerteig, gelangen die selbst gebackenen Holzofen-Brote mit der Zeit immer besser.

### Besuch im Kloster

Zwar backte Stefan Heins' Vater nicht selber mit, aber wieder war er ein entscheidender Impulsgeber, als er 2015 den Besuch beim Kloster Wettenhausen zum Tag des offenen Denkmals anregte. Hier gab es eine alte Mühle zu besichtigen. Gemeinsam zogen sie los, die Klostermühle aus der Nähe zu betrachten.

Als hätte jemand alles stehen und liegen gelassen, beschreibt Heins seine Eindrücke nachher auf seinem Blog. „Die Mehlsäcke mit der Aufschrift ‚Klostergut Wettenhausen‘ hingen noch an der Absackanlage. Es hatte einen morbiden Charme und ich fand es schade, dass darin kein Mehl mehr gemahlen wurde.“

Wo sich eine Mühle befand, war meist eine Bäckerei nicht weit, dachte sich der Hobbybäcker. Ja, das sei so, erklärte Schwester Alberta fröhlich, die Vater und Sohn über das Gelände führte. Sie forderte die beiden auf,

im Hof in eines der Kellerfenster zu sehen. „Mein Blick fiel sofort auf eine Knetmaschine, die ich von außen erkennen konnte“, erinnert sich Stefan Heins.

Da er zu Hause noch immer alle Teige von Hand knetete, fragte er kurz nach dem Besuch beim Klos-





Den Sauerteig für seine Brote hat der Bäcker selbst gezogen



Das Herzstück der Backstube bildet ein Etagenofen aus dem Jahr 1964



Einige Geräte und Maschinen waren bei der Übernahme vorhanden, anderes musste sich Stefan Heins erst beschaffen

Bäckerei. Das Herzstück der Klosterbackstube bildete ein Etagenbackofen, Baujahr 1964. Zunächst habe er gar nicht gewusst, wie er den Ofen einschalten sollte. „Zuerst mussten die Schwadenrohre ausgebohrt werden, die waren vollkommen verkalkt“, sagt er. Das übernahm die familiengeführte Firma, die den Ofen Jahrzehnte vorher hergestellt hatte. Dem Unternehmen gefiel die Idee, ihn wieder in Betrieb zu nehmen, und ließ es sich daher nicht nehmen, das Vorhaben tatkräftig zu unterstützen.

Zuletzt war der Ofen nach Aussage der aktiven Klosterschwestern 2002 durch den pensionierten Bäckermeister Josef Renzer und die Dominikanerin Schwester Columba betrieben worden. Sie hatten die Glaubensgemeinschaft sowie die Schülerschaft des angegliederten Internats mit handwerklichen Backwaren versorgt. Mit dem Tod Schwester Columbas endete dieses Kapitel der Klostergeschichte.

Stefan Heins verliebte sich in den Gedanken, als ihr Nachfolger von außerhalb fortan regelmäßig für die Schwestern zu backen und die Tradition der Klosterbäckerei mit eigenen Händen fortzuführen. Doch in Deutschland herrscht die Meisterpflicht, ohne den Titel einer Bäckerei zu betreiben, ist nicht erlaubt. „Mir war wichtig, dass der Betrieb vom Gesundheitsamt und der zuständigen Handwerkskammer genehmigt wird. Sonst hätte ich nicht weitergemacht“, sagt Heins.



Mit seiner Arbeit in der Klosterbäckerei unterstützt Stefan Heins die Dominikanerinnen ehrenamtlich

### Neustart mit Hürden

Um diese Hürde zu meistern, fragte der Bäcker bei der zuständigen Handwerkskammer an. Eine Ausnahmebewilligung liege im Bereich des Möglichen, ließ man ihn wissen. „Immerhin hatte ich bereits meinen Meister als Industriefachwirt, aber ich brauchte auch noch einen Sachkundenachweis und Kenntnisse in Lebensmittelrecht. Die Prüfung musste von einem Bäckermeister abgenommen werden“, erinnert er sich.

In einem Sachkundigen aus Oberfranken fand Heins die ersehnte Person, die sich bereit erklärte, ihm die Prüfung abzunehmen. Dem Betreiben der Klosterbäckerei stand somit nichts mehr im Wege. „Heute backe ich vier- bis fünfmal im Jahr etwa 200 Brote für Veranstaltungen im Kloster, vor allem aber für die Versorgung der hier lebenden Schwestern“, so der Bäcker.



Die Teiglinge warten darauf,  
eingeschossen zu werden

Um in der Backstube professionell arbeiten zu können, musste er die Ausstattung erweitern. Zum Beispiel wurde er in einer Bäckerei in Hechingen fündig. „Das Unternehmen stellte den Betrieb ein und hatte einen vergleichbaren Ofen in der Backstube. Hier durfte ich mitnehmen, was ich wollte, denn der Rest ging auf den Schrottplatz.“

Backbleche, Dauerbackfolien, Teigkarten, ein Nudelholz sowie Handschuhe wurden hinzugekauft, dann legte Heins los. Gerne erinnert er sich an seine Anfänge: „Als ich die allerersten Brote aus dem Ofen holte, kamen mehrere Schwestern und haben geschnuppert. Eine von ihnen eilte davon und holte Butter, Schnittlauch sowie Honig“, erzählt er. Das frisch gebackene Brot wurde gemeinsam aufgeschnitten und probiert.

## Gute Vorbereitung

Damit die notwendige Menge an einem Wochenende und in Heins' Freizeit produziert werden kann, bedarf es genauer Planung. „Den Ofen muss ich einige Tage vorher einschalten, damit er warm genug ist“, erklärt der Bäcker. „Wenn ich dann hier backe, bin ich insgesamt drei Tage beschäftigt.“ Schließlich arbeitet er mit Vorteigen, die am Tag vor dem Backtag angesetzt werden müssen.

Alle Brote werden im dreierdigen Ofen freigeschoben gebacken. „Ich habe keine Kastenform. Früher haben die Brote sogar frei auf der Diele gestanden, um zu gehen, dann habe ich einen Schwung Gärkörbchen bekommen.“

Zwischen zwölf und 15 Dominikanerinnen fasst der Orden aktuell. Sie versorgt Stefan

Heins mit Dinkellaiben und Roggenmischkrusten, das meiste nach Rezepten von Schwester Columba und ihren Vorgängerinnen. „Zum Beispiel backe ich schwäbisches Genetztes oder ein reines Roggenbrot mit elf Pfund Gewicht, das hält sich lange frisch.“ Die alten Rezepte hat der Bäcker lediglich an seine modernen Mehlsorten aus einer regionalen Bio-Mühle angepasst.

Besonders schätzt er Schwester Columbas sauerteiggetriebenes Klosterbrot aus Roggen- und Weizenmehl sowie einer kräftigen Portion Brotgewürz und einer Teigeinlage von 1.200 Gramm. Vor dem Backen wird noch mit einer Schablone der Umriss des Klosters auf die Laibe gestreut. Mit 250°C werden die Teiglinge angebacken, dann der Brenner dazugeschaltet und geschwadet. „Der Ofen fasst etwa 100 Kilogramm Brot“, erklärt der Bäcker.

## Backen auf Vorrat

Da Stefan Heins jeweils den Bedarf für mehrere Wochen oder sogar Monate produziert, werden die meisten Brote nach dem Auskühlen eingefroren. „Semmmeln mache ich selten, das rentiert sich kaum. Hin und wieder gibt es aber Kuchen, Zöpfe oder Spezialitäten wie Osterbrot zu besonderen Anlässen“, berichtet der Bäcker.

Seinen Roggensauerteig hat er selbst gezogen. Ein wenig riecht der nach Joghurt und frischem Apfel. Wenn es die Zeit zulässt, probiert Stefan Heins auch gerne mal eigene Rezepte aus. „Ich entspanne beim Backen, das hat etwas Meditatives. Und wenn du Lebensmittel selbst herstellst, dann schätzt du sie viel mehr“, lautet seine Philosophie.

Wie lange der Bäcker seine Kellerbackstube tatsächlich noch nutzen kann, steht in den Sternen. „Wenn irgendwann der Thermostat am Ofen aussetzt, wird es vermutlich keinen neuen geben. Dafür ist das Geld nicht da“, sagt er. Bis es allerdings soweit ist, wird der Brottingenieur seinen Ordensschwestern noch zahlreiche duftende Klosterbrote backen. ■



Nach dem Auskühlen werden viele Laibe eingefroren, damit die Schwestern über Wochen gut versorgt sind

# Brot Laden



## Der Gär-Automat

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



platzsparend zu verstauen und mit wenigen Handgriffen 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 gegärten Brotteiges 10 cm ist.

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



## Gärkörbe

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



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

040/42 91 77-110





19,95 EURO

## 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, ineinander greifenden 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
- Antihaftbeschichtung
- Hochwertiges Material aus teflonbeschichtetem Silikon
- 100% lebensmittelecht
- Lieferumfang: 3 Matten



42,- EURO

## BROT Messer, 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

## BROT Messer, Ellenlang

Mit einer Klingenlänge von 26 Zentimetern ist dieses wunderschöne BROT Messer 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 Dünnenschliffes“, die von Hand auspoliert werden. Das macht sie besonders scharf und ist maßgeblich wichtig für leichtes Schneiden auch härterer Brote. ■



79,- EURO

## 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. ■



99,- EURO



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

**040/42 91 77-110**





28,- EURO

### 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.



29,- EURO

### 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.



28,- EURO

### 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, aufgepoppt und dann vermahlen wird. Grob gesagt handelt es sich um ein getrocknetes Kochstück in Pulverform.

AB  
6,80 EURO



Inhalt: je 500 Gramm

Natürliche Zutat für Brot- und Brötchenteige.

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

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. ■

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

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

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

**040/42 91 77-110**



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



19,80 EURO



15,80 EURO

Bee's Wrap Sandwich  
33 x 33 cm



24,80 EURO



Bee's Wrap 3er-Pack  
Meadow Magic VEGAN



56,- 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

24,80 EURO



24,80 EURO

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

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

Bee's Wrap Brot extra groß  
43 x 58 cm



19,80 EURO

25,80 EURO

Bee's Wrap 3er-Set groß  
33 x 35 cm

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



## „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. ■



## Gitternetzlappen „Teiger“

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

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



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

040/42 91 77-110

# Shopfinder



## BÖCKER Glutenfreier Sauerteig Bio

Der BÖCKER Glutenfreier Sauerteig Bio ist DER Start in glutenfreien Genuss! Einfach in der Dosierung und Anwendung – sowie raffiniert in der Wirkung. Der glutenfreie Bio-Starter hilft beim gelingsicheren Ansetzen eines eigenen Sauerteigs, lässt sich aber auch direkt in den Teig geben.

[www.sauerteig.shop](http://www.sauerteig.shop)



## Knusprige Pizza

Leckere Pizza mit leicht gebräuntem Boden aus deinem Haushaltsofen. Kein Problem! Mit dem Pizzastahl backt Ihr knusprig-köstliche Pizza in 3–4 Minuten ab 250 °C. Der Pizzastahl rüstet deinen Ofen auf. Deine Küche wird zur Pizzeria.

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

## Dinkel von der Schwäbischen Alb

Auf eigenen Äckern baut Häussler wertvolle Getreidesorten an, die in regionalen Mühlen zu verschiedenen Mehlsorten vermahlen werden. Erhältlich unter [www.backdorf.de](http://www.backdorf.de)



## Elektrischer Allesschneider icaro 7

Klapprbar, stabil und sorgt für optimale Schneidergebnisse – ob hauchdünn oder bis ca. 14 mm dick. Der Vollmetall-Allesschneider kann platzsparend zusammengeklappt (10 cm Breite) und verstaut werden.

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



**ritter**  
QUALITY SINCE 1905

MADE IN GERMANY

ritterwerk – ein familiengeführtes Traditionsunternehmen, das seit 1905 Hausgeräte ausschließlich „made in Germany“ fertigt.



## Back deine beste Pizza zu Hause

Unser Pizzastahl ist:

- Aus hochwärmeleitendem Qualitätsstahl
- Für den Haushaltsofen
- 8 mm – die optimale Dicke für gute Bräunung
- Geschliffen – für Sicherheit und Gesundheit
- Qualität, die ein Leben lang hält
- Made in Germany

Geräte und Werkzeuge zum Backen

**HAUSSLER**

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

**BÖCKER**  
SOURDOUGH

**Glutenfreier Sauerteig Bio**  
GLUTENFREIER SAUERTEIG STARTER  
Für tollen Geschmack und perfekte Bäckergebisse

HIER BESTELLEN!

[WWW.SAUERTEIG.SHOP](http://WWW.SAUERTEIG.SHOP)

[WWW.SAUERTEIG.SHOP](http://WWW.SAUERTEIG.SHOP)

# Knusperenteile



Dieses Rezept gelingt mit dem Thermomix

## Teig-Zutaten\*

- 260 g Wasser (lauwarm)
- 220 g Dinkelmehl Vollkorn
- 180 g Roggenmehl Vollkorn
- 100 g Dinkelmehl 630
- 20 g Amaranth (gepufft)
- 10 g Frischhefe
- 10 g Salz
- 1 Prise Zucker
- Spätere Zugabe
- 35 g Olivenöl

\*Ergibt 10-20 Stück



Rezept & Bild:  
Bärbel Adelhelm

Unter Kleingebäck versteht man nicht nur Brötchen oder süße Hefeteilchen. Auch herzhafte Knabberereien fallen darunter, zum Beispiel die Knusperenteile, die sich bestens zum gemütlichen Weinabend eignen. Der gepuffte Amaranth macht sie zum leckeren Knusperspaß für alle. Sie sind schnell gemacht und beliebig wandelbar.

### Tipp

Zum Ausstechen können ganz unterschiedliche Formen zum Einsatz kommen. Mit einer geriebenen Knoblauchzehe werden die Knusperenteile besonders herhaft.

### Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★
Getreide:	Dinkel, Roggen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	fest
Zeit gesamt:	1,5-2 Stunden
Zeit am Backtag:	1,5-2 Stunden
Backzeit:	12-15 Minuten
Starttemperatur:	220°C
Backtemperatur:	220°C
Schwaden:	nein

- Alle Zutaten – außer Öl – in die Schüssel geben und auf Teigstufe zirka 1,5-2 Minuten kneten.
- Das Öl dazugeben und 1 Minute auf Teigstufe untermischen.
- Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und zirka 0,5 cm dick ausrollen. Mit einem Glas (Durchmesser zirka 8 cm) Kreise aus dem Teig ausschneiden.
- Mit einer Herz-Ausstechform mittig aus den Kreisen Herzen ausschneiden. Die Kreise und Herzen auf ein mit einer Dauerbackmatte (alternativ Backpapier) ausgelegtes Backblech legen und zugedeckt bei Raumtemperatur etwa 60 Minuten gehen lassen.
- Rechtzeitig den Ofen auf 220°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Die Teiglinge in den Ofen geben und 12-15 Minuten backen.
- Das Trockengebäck ist in einer luftdicht verschlossenen Dose mehrere Wochen haltbar. ■

# 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

## Ofengemüse mit Butterbröseln



## Hackbraten „Double Cheese“

## Schoko-Bananen-Kuchen „Flan“





Zubereitungszeit  
 45 Minuten

# Ofengemüse mit Butterbröseln

Ein leckeres Vergnügen aus der französischen Küche: Das Gemüse macht sich im Ofen wie von selbst, serviert mit duftig-buttrigen Zitronen-Petersilien-Bröseln und Schnittlauch-Crème-Fraîche.



- 1 Den Ofen auf 210°C Ober-/Unterhitze (alternativ 190°C Umluft) vorheizen.
- 2 Die Karotten und Wurzelpetersilien-Knollen schälen und längs vierteln.
- 3 Die Paprika längs halbieren, entkernen und schräg in Streifen schneiden.
- 4 Den Rosenkohl putzen und halbieren.
- 5 Die Schalotten pellen und längs vierteln.
- 6 Die Gemüse salzen und mit 1-2 EL Olivenöl mischen. Auf ein Blech mit Backpapier geben.
- 7 Das Blech in den Ofen geben und 25 Minuten backen. Nach 12 Minuten einmal durchmischen.
- 8 Für den Dip unterdessen Schnittlauch in Röllchen schneiden und mit Crème Fraîche, Senf sowie einer Prise Salz mischen.
- 9 Knoblauch pellen und fein würfeln.
- 10 Olivenöl und Butter mit dem Knoblauch in einer Pfanne aufwallen lassen, die Semmelbrösel unterrühren und bei mittlerer Hitze unter Rühren goldbraun rösten.
- 11 Die Petersilie fein schneiden, die Zitronenschale abreiben und beides unter die Brösel rühren, mit Salz würzen.
- 12 Das fertige Gemüse mit Zitronensaft beträufeln, mit Bröseln bedeckt anrichten und mit dem Dip reichen. ■

## Zutaten (für 4 Portionen)

### Für das Ofengemüse

- 5 Karotten (schmal)
- 3 Knollen Wurzelpetersilie (schlank)
- 2 Spitzpaprika (rot)
- 12 Rosenkohlröschen
- 3 Schalotten (länglich)
- Salz
- Olivenöl

### Für den Dip

- Etwas Schnittlauch
- 150 g Crème Fraîche
- 5 g Dijon-Senf
- Prise Salz

### Für die Semmelbrösel

- 30 g Olivenöl
- 1 Knoblauchzehe
- 20 g Butter
- 60 g Semmelbrösel
- 4 Zweige Petersilie
- 1/2 Zitrone (Bio)
- Salz

# Hackbraten „Double Cheese“

Die doppelte Portion Käse macht diesen Brot-Hackbraten aus dem Ofen besonders saftig.

## Zutaten (für 6 Portionen)

- 1 Zwiebel
- 1 Spitzpaprika (rot)
- 1 Knoblauchzehe
- 30 g Olivenöl
- Salz
- 4 Zweige Majoran (alternativ 0,5 g Majoran, gerebelt)
- 250 g Vollmilch
- 250 g Weizen- oder Mischbrot
- 200 g Gouda am Stück
- 100 g Junger Bergkäse (gerieben)
- 500 g Hackfleisch
- 5-10 g Senf (scharf)
- 2 Eier (Größe M)
- Etwas Butter für die Form
- 30 g Semmelbrösel

- Die Zwiebel halbieren, pellen und fein würfeln.
- Die Paprika entkernen und würfeln (etwa 1 cm).
- Den Knoblauch pellen und fein würfeln.
- Das Gemüse in eine Pfanne mit heißem Öl geben, salzen und glasig dünsten.
- Den Majoran fein schneiden und mit der Milch zugeben, einmal aufkochen und in eine Schüssel umfüllen.
- Das Brot würfeln (1-2 cm), mit in die Schüssel geben und alles locker vermengen. Handwarm abkühlen lassen.
- Den Ofen auf 180°C Ober-/Unterhitze (alternativ 160°C Umluft) vorheizen.
- Den Gouda in dickere Würfel (1-2 cm) schneiden und mit dem geriebenen Bergkäse zum Brot geben.
- Das Hackfleisch kräftig salzen und mit Senf sowie Ei gründlich verkneten, dann mit dem Brot, dem Reibekäse und den Goudawürfeln verkneten.
- Eine Kastenform (zirka 26 cm) mit Butter ausstreichen und mit Bröseln ausstreuen. Die Masse hineingeben.
- Die Kastenform in den Ofen geben und 55 Minuten backen. ■

 **35 Minuten**  
(plus 55 Minuten Backzeit)





**Tipp**

Zum Hackbraten  
passen ein grüner Salat,  
Kraut- oder Gurkensalat. In  
Scheiben geschnitten und im  
Burger-Brotchen mit Tomaten,  
Salat und Soßen serviert,  
wird der Hackbraten zum  
besonderen Cheeseburger  
der anderen Art.





# Schoko-Bananen-Kuchen „Flan“

Luftig locker wie ein Flan, gelingt dieser saftige „Kuchen“, der aus geschichteten Scheiben süßer Backwaren wie Zopfbrot oder Milchbrötchen entsteht.

Den Ofen auf 200°C Ober-/Unterhitze (alternative 180°C Umluft) vorheizen.

Eine runde Springform (20-24 cm Durchmesser) mit Butter ausstreichen und mit Semmelbröseln ausstreuen.

Milch, Sahne, Banane, Eier und Vanillezucker zu einer cremigen Masse schlagen, gegebenenfalls pürieren.

Den Hefezopf in Scheiben von zirka 0,5 cm schneiden und abwechselnd mit der Creme und den Schokoraspeln in die Form schichten. Das Brot darf und soll sich vollsaugen.

Die Springform in den Ofen geben und 40 Minuten backen. ■

## Zutaten (für 4-6 Portionen)

- Etwas Butter für die Form
- 30 g Semmelbrösel
- 200 g Vollmilch
- 200 g Schlagsahne
- 115 g Banane (in Stücken, entspricht etwa 1 Banane)
- 3 Eier (Größe M)
- 8 g Vanillezucker
- 500 g Hefezopf (alternativ Milchbrötchen oder Brioche)
- 150 g Raspel-Schokolade

### Tipp

Den Kuchen kann man warm oder kalt genießen. Dazu passen Vanilleeis, Vanillesauce und/oder Schlagsahne.

## Zubereitungszeit



15 Minuten

(plus 40 Minuten Backzeit)



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



**Jetzt bestellen!**

#### Deine Abo-Vorteile:

- 10% Ersparnis auf den Heftpreis
- Zugriff auf das gesamte Digital-Archiv mit mehr als 1.500 Rezepten

- Das Magazin im Umschlag frei Haus
- 2 Wochen vor Erscheinen Zugriff auf die Digitalausgabe
- Preisvorteile für Sonderhefte und BROTfibeln bei Neuerscheinung

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

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



So kommt **Aroma**  
in glutenfreie Teige

# Für Geschmack und Abwechslung

Text: Edda Klepp

Gesundheitsbedingt beim Brotbacken auf Gluten verzichten zu müssen, empfinden Betroffene anfangs oft als belastend. Das Aroma glutenhaltiger Backwaren fehlt ihnen. Der Wunsch, sich dem Gewohnten anzunähern, kann jedoch auch bei glutenfreien Brot mit unterschiedlichen Mitteln erreicht werden. Statt nur zu imitieren, lohnt es sich darüber hinaus, ganz neue Geschmacksvarianten zu erkunden.

**D**ass glutenfreie Backwaren dröge und geschmacksarm sein sollen, ist ein Vorurteil, das sich noch immer hartnäckig in vielen Köpfen hält. Dabei ist die glutenfreie Bäckerei abwechslungsreich und kreativ, was zahlreiche Brot-Bloggerinnen und -Blogger täglich beweisen. Auch wenn es nicht exakt gelingt, die Beschaffenheit sowie den Geschmack glutenhaltiger Gebäcke nachzuahmen, so gibt es doch verschiedene Kniffe, ein vergleichbares oder auch ein vollkommen anderes leckeres Aroma in den Teig zu bringen.

## Mehl-Auswahl beachten

Zunächst lohnt es sich, die Grundzutaten eines glutenfreien Brot-Rezeptes durchzugehen: Mehl, Wasser, Salz und Triebmittel. Hier fällt als erstes die Mehl-Auswahl ins Auge. Die Liste der verschiedenen Mehle ist in glutenfreien Rezepten meist länger als die eines glutenhaltigen Rezeptes. Das liegt daran,



Die Auswahl glutenfreier Zutaten ist groß, nicht alle treffen den eigenen Geschmak

dass die verschiedenen Funktionen des Glutens ersetzt werden müssen: zum einen die Wasserbindung, zum anderen die Stabilität und Elastizität des Teiges.

Das Gluten verbindet sich im Teig mit Wasser und bildet eine netzartige Struktur. Ersatzweise nutzt man in glutenfreien Teigen Mahlprodukte ohne Gluten. Diese enthalten von Natur aus in der Regel weniger Stärke als glutenhaltige, weswegen diese zusätzlich beigemengt wird. Glutenfreies Getreide oder Pseudogetreide sowie Stärke bilden also die ersten beiden Komponenten einer glutenfreien Mehlmischung. Auf zwei Teile Mehl rechnet man üblicherweise etwa einen Teil Stärke.

Mit der Wahl der Mehle beeinflusst man den Geschmak des Teiges entscheidend. Wäh-



Einige glutenfreie Mehle sind geschmacksneutral, andere bringen kräftige Noten mit

rend die einen relativ geschmacksneutral sind, haben andere ein nussig-herbes bis kräftiges Aroma. Eher mild sind zum Beispiel Mehle aus Hirse, Quinoa, Reis und Hafer. Reis und Quinoa bringen dabei eine leicht nussige Note ins Brot, Hafer und Hirse schmecken etwas süßlich.

Kräftig nussig und bisweilen erdig ist der Geschmack von Buchweizen. Nussaroma bringt man auch durch Mehl aus Mandeln, Nüssen, Kürbiskernen sowie Kastanien ins Brot. Erbsig wird es durch Zugabe von Ackerbohne, Kichererbse oder Lupine. Kartoffelig-süße Geschmacksnoten entfalten stärkehaltige Mehle aus Kartoffeln, Maniok, Süßkartoffeln oder Mais.

### Kräftige Bindemittel nutzen

Schon die bisher gezeigte Auswahl zeigt, dass im glutenfreien Mehleregal eine große Bandbreite an Geschmäckern steckt, durch die man sich genüsslich probieren kann. Für Stabilität im Teig sorgen außerdem glutenfreie Bindemittel. Sie stellen die dritte wichtige Komponente in einer glutenfreien Mehlmischung dar und werden, je nach Sorte, in einer Menge von 3 bis 15 g beigemischt, bezogen auf eine Gesamtmehlmenge von 500 g.



Um in glutenfreiem Brot die Eigenschaft von glutenhaltigem zu imitieren, kommen verschiedene Zutaten zum Einsatz

Hierfür kommen zum Beispiel Mehle aus Guarkernen, Johannibrotkernen, Lein- oder Chiasaat sowie Flohsamenschalen zum Einsatz, aber auch Gelatine, Agar Agar oder Pektin. Während manche von ihnen eher geschmacksneutral sind – das gilt für Flohsamen, Gelatine, Pektin und Agar Agar – bringen andere einen charakteristischen Geschmack mit. Das ist beispielsweise bei Leinsamen oder Chiasaat der Fall. Sie einzusetzen, beeinflusst also auch das Aroma eines Brotes.



## Schüttflüssigkeit tauschen

Eine weitere Grundzutat im Brot ist Wasser. Statt dieser geschmacksneutralen Flüssigkeit können andere zum Einsatz kommen. Das ist die wohl einfachste Art, den Geschmack von Gebäcken zu beeinflussen. So kann man das Wasser komplett oder in Teilen durch andere Getränke ersetzen, zum Beispiel Säfte, Kaffee, Tee, Gurkenwasser oder Wein.

Entscheidend sind bei der Mengenberechnung zwei Faktoren: die Konsistenz und die Frage, ob in der Flüssigkeit Mikroorganismen enthalten sind, die den Teig zusätzlich treiben. So kann man Wasser nicht einfach gegen Hefewasser tauschen, da dieses Triebmittel die Aktivität im Teig stark beeinflusst.

Der Austausch gegen Wein oder Saft ist in der Regel allerdings kein Problem. Dickflüssige Zutaten wie Buttermilch, Joghurt oder Ayran bringen eine schöne Säure ins Brot, hier muss aufgrund der Konsistenz allerdings häufig die Menge angepasst werden.

**Das Vorurteil, das glutenfrei gleich geschmacksarm bedeutet, hält sich in den Köpfen hartnäckig**

**Beim Gang durch den Supermarkt finden sich zahlreiche glutenfreie Zutaten, die man ins Brot geben kann**

Mit ein wenig Kreativität lassen sich im Bereich der Flüssigkeitsbeigabe in Nullteigen interessante aromatische Akzente setzen. Wie wäre es denn zum Beispiel mit einem leckeren Quellstück aus Trockenfrüchten und Rum oder einem Brühstück aus gerösteten Flocken, abgelöscht mit heißem Kaffee?

## Röstaromen erzeugen

Apropos geröstet – an dieser Stelle bietet sich ein kleiner Ausflug in die Welt der Kerne, Saaten und Flocken an. Durch den Rötvorgang entwickeln sich besonders intensive Aromen, die ein Brot bereichern. So schmecken zum Beispiel Buchweizen und Sesam geröstet herb-nussig und Reis malzig bis floral. In einer Pfanne werden die Zutaten ohne Fett erhitzt, bis sie leicht bräunlich werden und anfangen zu duften. So ergeben sich regelrechte Geschmacksbooster für den Teig.

Auch gemahlenes Altbrot zählt in diese Kategorie. Es sorgt nicht nur für längere Frischhaltung, da es zusätzlich Wasser bindet, sondern verkörpert auch eine elegante



Anzeige



# IM HOLZBACKOFEN BACKEN, RÄUCHERN UND BRATEN



**HERGESTELLT  
BEI UNS IN  
BAYERN**

- ➡ nachhaltig
- ➡ ursprünglich
- ➡ lecker



Ob duftend frisches Brot wie vom Bäcker, leckere Pizza wie vom Italiener oder ein knuspriges Backhendl wie früher von Oma: Mit unserem Holzbackofen gelingt Ihnen das mit Leichtigkeit.

Lexhauser GmbH & Co. KG | Forst 12 | 83352 Altenmarkt  
Telefon: 08624 - 87 91 68 | Mail: c.lexhauser@lexhauser-maschinenbau.de  
[www.lexhauser-maschinenbau.de](http://www.lexhauser-maschinenbau.de)





Möglichkeit, Abfall zu reduzieren. Trockenes oder beim Backen misslungenes Brot wird so noch sinnvoll genutzt und bringt ohnehin schon ganz eigene Geschmacksnoten mit. Geröstet werden sie weiter intensiviert. Das gemahlene und geröstete Altbrot eignet sich besonders gut für ein Quellstück, um die gute Wasserbindefähigkeit optimal zu nutzen.

## Teige lange führen

Bleiben mit Blick auf die Zutatenliste noch Salz und Triebmittel. Natürlich kann man auch durch die Salzmenge den Geschmack eines Gebäcks beeinflussen. Aus gesundheitlichen Gründen sollte man es damit aber nicht übertreiben. Sinnvoller ist es, die Palette anderer Gewürze durchzuprobieren sowie die Vielfalt der Aromen zu nutzen, die Triebmittel in den Teig bringen können.

Hier wäre zunächst das Thema Vorteige zu nennen. Je mehr Zeit ein Teig erhält, desto mehr natürliche Fermentationsaromen werden sich bei der Reifung entfalten. Dies kann zum Beispiel durch einen Hefevorteig geschehen, in dem ein Teil des Mehls mit Wasser und einer geringen Menge des Triebmittels vermischt und der dann für mehrere Stunden zur Gare gestellt wird.

Es kann sich aber auch um einen Sauerteig aus glutenfreiem Mehl handeln. Wie ein glutenfreier Sauerteig gelingt und gepflegt werden muss, ist in BROT 06/22 nachzulesen.



**Statt den Salzgehalt zu erhöhen, bietet es sich an, mit Gewürzen zu experimentieren**

Sauerteig kann allerdings nicht nur als Triebmittel, sondern auch als reiner Aromageber verwendet werden.

Dazu bietet es sich an, Sauerteig entweder im Ofen bei Hitze zu trocknen oder zu kochen. So sterben die in ihm enthaltenen Mikroorganismen ab und sind folglich nicht mehr aktiv. Das Aroma des Sauerteigs aber bleibt. Um den Sauerteig zu kochen, geht man ähnlich wie bei einem Mehlkochstück vor. Dazu kocht man zwei Teile Wasser mit einem Teil Sauerteig (TA 200) unter Rühren auf, bis die Masse puddingartig eindickt.

**Sauerteig ist ein perfekter Aromageber, man kann ihn problemlos aus glutenfreiem Mehl herstellen**

## Mit Zutaten experimentieren

Neben den verschiedenen Möglichkeiten, die Grundzutaten eines glutenfreien Brotes zu variieren, gibt es natürlich noch weitere Optionen, um geschmacklich aufzutrumpfen. So bietet es sich an, hier und da mit ungewöhnlichen Zutaten zu experimentieren und diese püriert, gehackt oder in Stückchen in den Teig zu geben. Ob Obst, Gemüse, Nüsse, Schokolade, Frischkäse, Erdnussbutter oder Sesampaste – der Kreativität sind hier keine Grenzen gesetzt.

Ein Bummel durch den Supermarkt, mit Experimentierfreude im Gepäck und offenen Augen, bietet dafür beste Inspiration. So wird aus einem einfachen glutenfreien Gebäck schnell eine ganz besondere Kreation, die den Vergleich zu glutenhaltigem Brotgenuss nicht scheuen muss – oder sogar gänzlich überflüssig macht. ■

# Kürbiskern-Krustenl

## Vorteig

- ▶ 150 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 120 g Buchweizenmehl Vollkorn
- ▶ 50 g Kichererbsenmehl
- ▶ 50 g Reismehl Vollkorn
- ▶ 5 g Honig (alternativ Zucker)
- ▶ 2 g Frischhefe

Hefe und Honig im Wasser auflösen, anschließend die Mehle hinzufügen und alles gründlich mischen. Zugedeckt bei Raumtemperatur 10-12 Stunden gehen lassen.

## Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ 460 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 200 g Buchweizenmehl Vollkorn
- ▶ 150 g Reismehl Vollkorn
- ▶ 15 g Flohsamenschalen (gemahlen)
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 5 g Frischhefe
- Spätere Zugabe**
- ▶ 80 g Kürbiskerne (gehackt, geröstet)

### Tipp

1 g Frischhefe entspricht etwa der Größe einer Kichererbse.

Rezept & Bild: Melanie & Yasmin Köhler

 @zoelisisters

 zoelisisters.at

### Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:



Getreide:

glutenfrei

Triebmittel:

Hefe

Teigkonsistenz:

weich

Zeit gesamt:

13-15 Stunden

Zeit am Backtag:

3 Stunden

Backzeit:

60-65 Minuten

Starttemperatur:

220°C

Backtemperatur:

220°C

Schwaden:

nein



Das Brot erinnert geschmacklich, aber auch optisch an ein saftiges Mischbrot mit einer zugleich knusprigen Kruste. Die gerösteten Kürbiskerne verleihen dem Gebäck eine milde, nussige Note und sorgen für Biss. Der Laib hält lange frisch und eignet sich besonders gut für die Zubereitung von belegten Brot, die als Stärkung mit in die Schule oder zur Arbeit genommen werden können.

- ➊ Die Zutaten – außer Kürbiskerne – auf schnellerer Stufe 5 Minuten kneten.
- ➋ Die Kürbiskerne hinzufügen und auf langsamer Stufe 1 Minute unterkneten. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur 30 Minuten ruhen lassen.
- ➌ Den Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben, zu einem länglichen Laib formen und in einem bemehlten Gärkörbchen mit Schluss nach unten 60 Minuten bei Raumtemperatur zur Gare stellen.
- ➍ Rechtzeitig den Backofen auf 220°C Umluft vorheizen.
- ➎ Den Teigling sanft aus dem Gärkörbchen stürzen, in den Ofen geben und 60-65 Minuten backen. ■

Glutenfrei

 Bärlauch-Spezial

## Hauptteig\*

- 220 g Buttermilch (kalt)
- 50 g Wasser (kalt)
- 25 g Butter (Raumtemperatur)
- 10 g Anstellgut (optional)
- 5 g Honig
- 3 g Frischhefe
- Spätere Zugabe
- 95 g Maisstärke
- 85 g Reismehl hell
- 70 g Hafermehl (glutenfrei)
- 13 g Flohsamenschalen (gemahlen)
- 5 g Salz

### Füllung

- 200 g Bärlauchpesto

\*Ergibt 20 Stück

Rezept & Bilder: Alexandra Wojna

 @glutenfreigeniessen.at  
 /glutenfreigeniessen  
 glutenfreigeniessen.at

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:



glutenfrei

Getreide:

Hefe

Triebmittel:

fest

Teigkonsistenz:

Zeit gesamt:

13-15 Stunden

Zeit am Backtag:

3 Stunden

Backzeit:

20-25 Minuten

Starttemperatur:

190°C

Backtemperatur:

190°C

Schwaden:

beim Einschießen

# Bärlauch-Röllchen

Die Mini-Brötchen sind das perfekte Fingerfood für jeden Anlass. Der knusprige Teig und die leckere Füllung sorgen garantiert dafür, dass am Ende nichts übrig bleibt. Buttermilch und gemahlene Flohsamenschalen machen den Teig geschmeidig und das glutenfreie Teigausrollen zu einer gelingsicheren Angelegenheit.



● Buttermilch und Wasser in eine Schüssel geben. Hefe, Honig und Anstellgut darin auflösen. Die weiche Butter in Stücken zugeben.

● Die trockenen Zutaten in einer separaten Schüssel vermengen, dann die Flüssigkeit zugeben und mit einem Handrührgerät etwa 5 Minuten gründlich mischen, sodass ein homogener Teig entsteht. Den Teig zugedeckt für 10-12 Stunden in den Kühlschrank stellen.



## Zeitsträger

20.00 Uhr  
Hauptteig herstellen

Nächster Tag  
8.00 Uhr  
Röllchen formen

9.35 Uhr  
Ofen vorheizen

10.00 Uhr  
Röllchen eindrücken

10.05 Uhr  
Backen

10.30 Uhr  
Bärlauch-Röllchen fertig

**Tipp**

Auch Basilikum-Pesto oder das Gemüsepüree Ajvar eignen sich als Füllung. Ein Rezept für Bärlauch-Pesto findet sich nebenan.

1 Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, in zwei gleich große Portionen à zirka 290 g teilen und jeden Teigling zu einer Kugel schleifen.

2 Einen Teigling auf einer gut bemehlten Arbeitsfläche zu einem Rechteck von zirka 30 x 40 cm ausrollen. Die Hälfte der Füllung auf den ausgerollten Teig geben und verstreichen. Dabei etwa 0,5 cm am Rand freilassen.

3 Den Teig von der langen Kante her straff aufrollen. Mit einem scharfen Messer 10 Scheiben von 4 cm Dicke von der Rolle abschneiden und die Teigröllchen mit der Teignaht nach unten aufrecht auf eine Dauerbackfolie (alternativ Backpapier) setzen.

4 Mit dem zweiten Teigling ebenso verfahren und alles zudeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten gehen lassen.

5 Rechtzeitig den Ofen inklusive Backblech auf 190°C Umluft vorheizen.

6 Die Teigröllchen drehen, sodass die Teignaht nun oben ist, und unmittelbar vor dem Backen mit dem Stiel eines Kochlöffels eindrücken (Bild 1).

7 Die Teiglinge auf der Dauerbackfolie auf das vorgeheizte Backblech und unter Schwaden in den Ofen geben. 20-25 Minuten backen. ■



## Bärlauch-Pesto

Bärlauch wird oft als wilder Knoblauch bezeichnet, denn Duft und Geschmack erinnern sehr an seinen weißen Verwandten. Aus den aromatischen Blättern kann man deshalb ein köstliches Pesto herstellen. Damit erhält man nicht nur eine besonders würzige Paste, sondern konserviert das Frühjahrsgewächs auch für später.

### Zutaten\*

- ▶ 50 g Bärlauch (klein geschnitten)
- ▶ 20-25 g Olivenöl
- ▶ 20 g Parmesan (gerieben, alternativ Pecorino)
- ▶ 10 g Pistazienkerne (gehackt, geröstet)
- ▶ 10 g Pinienkerne (gehackt, geröstet)
- ▶ 1-2 g Salz
- ▶ 1 Spritzer Zitronensaft
- ▶ Prise Zucker

\*Ergibt 2 Gläser à 50 ml

8 Die Zutaten gründlich mischen. Auf Wunsch kann die Masse feiner püriert werden.

9 In abgekochte, luftdicht verschließbare Gläser füllen, mit Olivenöl bedecken und sofort verschließen. Ungeöffnet und kühl gelagert ist das Pesto mindestens 3 Wochen haltbar. ■

Rezept & Bild: Bärbel Adelhelm

**Tipp**

Um das Pesto portioniert haltbar zu machen, kann man es in Eiswürfelbehälter füllen und dann einfrieren.



Glutenfrei



Oster-Spezial

# Hirselamm



## Teig-Zutaten

- 250 g Reismehl Vollkorn
  - 150 g Hirsemehl
  - 100 g Buchweizenmehl Vollkorn
  - 30 g Flohsamenschalen (gemahlen)
  - 10 g Salz
- Spätere Zugabe**
- 600 g Wasser (lauwarm)
  - 15 g Olivenöl
  - 10 g Frischhefe
  - 2 Mandeln

Gebackene Osterlämmer gehören traditionell zum Ostersonntag. Dieses hübsche Tierchen wird aus einem leckeren Brötchenteig mit Hirsemehl gebacken und eignet sich daher perfekt zum Festtags-Frühstück. Das ungesüßte Gebäck kann nämlich sowohl mit süßem als auch herhaftem Aufstrich genossen werden.

- Alle trockenen Zutaten vermengen.
- Die Hefe im Wasser auflösen.
- Öl sowie das Mehlgemisch zum Hefewasser hinzufügen und den Teig 3 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann auf schnellerer Stufe 3 Minuten kneten.
- Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und in 17 gleich große Teiglinge à zirka 60 g sowie 1 Teil mit 120 g teilen.
- Den größeren Teigling rundschleifen. Daraus wird der Kopf des Lamms geformt.
- Die verbliebenen 17 Teiglinge ebenfalls rundschleifen. Aus 14 dieser Teiglinge wird der Körper gelegt, 2 der 17 Teiglinge werden zu den Füßen und dafür etwas oval geformt.
- Den verbliebenen 17. Teigling mittig teilen, um daraus die Ohren zu formen.
- Alle Teiglinge auf einem bemehlten Backblech in Form des Lamms zusammensetzen (siehe Bild) und zwei Mandeln als Augen in den Kopf drücken.
- Das Lamm in den kalten Backofen geben und 30 Minuten bei 200°C Ober-/Unterhitze backen. ■

Schwierigkeitsgrad:



Getreide:

glutenfrei

Triebmittel:

Hefe

Teigkonsistenz:

klebrig

Zeit gesamt:

75 Minuten

Zeit am Backtag:

75 Minuten

Backzeit:

30 Minuten

Starttemperatur:

kalt

Backtemperatur:

200°C

Schwaden:

nein

Rezept &amp; Bild: Nadine Metz

@glutenfreibackenmitnadine

/glutenfreibackenmitnadine

glutenfreibackenmitnadine.de



## Zeitraster

8.00 Uhr  
Hauptteig ansetzen

8.30 Uhr  
Teig formen

8.45 Uhr  
Backen

9.15 Uhr  
Osterlamm fertig



NO KNEAD-REZEPT

kein Kneten erforderlich

Glutenfrei

Oster-Spezial

### Tipp

Mandeln, Hagelzucker und Rosinen können auch weggelassen oder durch andere Nüsse sowie Trockenfrüchte ersetzt werden.

# Osterblatz

Das unkomplizierte Osterbrot – oder -blatz, wie es im Rheinland heißt – ist zum Brunch schnell gemacht. Es schmeckt pur oder frisch mit etwas Butter am allerbesten. Rosinen, Butter und Zucker geben ordentlich Power, die Mandelstücke knistern beim Kauen im Mund und ein Hauch Vanille umschmeichelt die Geschmacksknospen. Das perfekte Familienbrot für die Feiertage.

- Zucker und Hefe in Wasser auflösen.
- Die Mehle, Mandeln, Xanthan und Salz klümpchenfrei mischen und zum Hefewasser hinzufügen.
- Die restlichen Zutaten nacheinander hinzugeben und von Hand zu einem festen Teig verrühren. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur 30-60 Minuten gehen lassen.
- Den Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben und rundformen. Den Teigling mit Schluss nach unten auf der Arbeitsfläche ablegen, die Oberfläche mit feuchten Fingern glatt streichen und den Laib kreuzförmig einschneiden.
- Das Eigelb verquirlen und den Teigling damit bestreichen, dann mit Mandeln und Hagelzucker bestreuen. Zugedeckt bei Raumtemperatur weitere 30 Minuten gehen lassen. Dafür zum Beispiel eine große Schüssel über den Teigling stülpen, sodass das Eigelb nicht an der Abdeckung festklebt.
- Rechtzeitig den Ofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Den Teigling in den Ofen geben und 10 Minuten backen. Die Temperatur auf 170°C reduzieren und weitere 20 Minuten backen. ■

## Quellstück

► 100 g Wasser (warm)

► 50 g Rosinen

Die Rosinen mit dem Wasser übergießen und zugedeckt bei Raumtemperatur zirka 60 Minuten quellen lassen.

## Hauptteig

► 100 g Reismehl Vollkorn

► 100 g Reismehl hell

► 100 g Maniokmehl

► 100 g Kartoffelmehl

► 50 g Mandeln (gehobelt)

► 5 g Xanthan

► 6 g Salz

Spätere Zugabe

► Quellstück

► 150 g Wasser (warm)

► 50 g Butter (geschmolzen)

► 1 Ei (Größe L, Raumtemperatur)

► 1 Eiklar (Größe L, Raumtemperatur)

► 25 g Zucker

► 10 g Frischhefe

► 10 g Vanilleextrakt

### Topping

► 1 Eigelb (Größe L, Raumtemperatur)

► 15 g Hagelzucker

► 15 g Mandeln (gehobelt)

Rezept & Bild: Julia Stüber

@juliastueber

julia-stueber.de

### für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:

★★★

glutenfrei

Hefe

fest

Getreide:

Teigmittel:

Teigkonsistenz:

Zeit gesamt:

3-4 Stunden

Zeit am Backtag:

3-4 Stunden

Backzeit:

30 Minuten

Starttemperatur:

200°C

Backtemperatur:

170°C

nach 10 Minuten

Schwaden:

nein



Speed-Baking



Oster-Spezial



Für Einsteiger  
geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	Weizen, Roggen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	mittelfest
Zeit gesamt:	3 Stunden
Zeit am Backtag:	3 Stunden
Backzeit:	55 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	190°C nach 15 Minuten
Schwaden:	beim Einschießen



# Flottes Möhrchen

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. Joghurt und Karotte geben dem Laib eine fluffige und saftige Krume. Am besten schmeckt er noch lauwarm, auch getoastet ist er ein echter Genuss.

● Die Zutaten auf langsamer Stufe 2 Minuten mischen, dann auf schnellerer Stufe 8 Minuten kneten. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur 60 Minuten gehen lassen.

● Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, rundwirken und mit Schluss nach unten in einem bemehlten Gärkörbchen 50-60 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.

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

● Den Teigling sanft aus dem Gärkörbchen stürzen, unter Schwaden in den Ofen geben und 15 Minuten backen. Die Temperatur auf 190°C reduzieren und weitere 40 Minuten backen. ■

## Teig-Zutaten

- 290 g Wasser (lauwarm)
- 500 g Weizenmehl 550
- 190 g Roggenmehl 1150
- 150 g Naturjoghurt (3,5%)
- 100 g Karotte (geraspelt)
- 12 g Frischhefe
- 12 g Salz

## NOCH MEHR SCHNELLE REZEPTE

Gutes Brot braucht Zeit. Aber was, wenn die einmal knapp, die Backlust trotzdem groß ist? In diesem Fall freut man sich über Rezepte, die den Spagat zwischen „schnell auf den Tisch“ und „aromatisch-bekömmlich“ erfolgreich absolvieren. Mehr als 30 dieser Rezepte bietet das **BROTSonderheft „Schnelles BROT“**. Erhältlich unter [brot-magazin.de/einkaufen](http://brot-magazin.de/einkaufen)



Rezept & Bild: Tanja Schlund

@schlundisworld

/Schlundis.Blog

schlundis.com



## Zeiträster

7.00 Uhr  
Hauptteig ansetzen

8.15 Uhr  
Brot formen

8.35 Uhr  
Backofen vorheizen

9.05 Uhr  
Backen

10.00 Uhr  
Brot fertig



### Tipp

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

## Teig-Zutaten

- ▶ 400 g Buttermilch (kalt)
- ▶ 500 g Weizen-Ruchmehl (alternativ Weizengemehl 1050)
- ▶ 20 g **BROT**Granulat Buchweizen (alternativ 3 g Flohsamenschalen, gemahlen)
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 10 g Zuckerrübensirup
- ▶ 5 g Frischhefe

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:



Weizen

Getreide:

Triebmittel:

Hefe

Teigkonsistenz:

fest

Zeit gesamt: 15-16 Stunden

Zeit am Backtag: 1,5 Stunden

Backzeit: 50 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 230°C sofort

Schwaden: nein

## Buttermilch-Ruch

Wer Brote mit kompakter Krume mag, ist bei dem Rezept richtig. Der Buttermilch-Laib ist trotzdem wattig-weich und dabei angenehm sanft im Geschmack. Dabei harmoniert das nussige Aroma vom Ruchmehl perfekt mit der Säure des Milchgetränks. Ein schmackhaftes Frühstücksbrot, das ebenso zu süßen wie zu herzhaften Aufstrichen passt.

➊ Die Zutaten auf langsamer Stufe 10 Minuten mischen, dann auf schnellerer Stufe 6 Minuten kneten. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten gehen lassen, dann für 12-20 Stunden in den Kühlschrank stellen.

➋ Den Ofen samt gusseisernem Topf mit Deckel auf 250°C vorheizen.

➌ Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und rundwirken.

➍ Den Teig mit Schluss nach unten kurz ruhen lassen, oben einschneiden, in den heißen Topf geben und mit geschlossenem Deckel in den Ofen geben. Die Temperatur sofort auf 230°C reduzieren und 35 Minuten backen. Den Deckel abnehmen und weitere 15 Minuten backen. ■

# 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 Kernes 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 röscher. Wichtig ist eine sehr vorsichtige Dosierung, da zu viel Enzymatik zu einer Zersetzung des Teiges führt, weil zu viel Stärke abgebaut wird. Enthält der Teig Roggen, ist keine Zugabe aktiven Malzes sinnvoll, da Roggen selbst über eine höhere Enzymatik verfügt. Wird das gekeimte Getreide bei höheren Temperaturen gedarret, 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 gedeht und zum Körper hin auf den restlichen Teig gefaltet. Nun die gegenüberliegende und anschließend die die anderen Seiten genauso bearbeiten.

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

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

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

**Poolish** – Hefe-Vorteig, der in der Regel zu gleichen Teilen aus Wasser und Mehl besteht. Ihnen wird lediglich Hefe zugewiesen, 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> **Video**

**Schamotte** – Als Schamotte wird ein gesteinsähnliches, künstlich hergestelltes, feuerfestes Material bezeichnet. Daraus werden beispielsweise Öfen, Kamine, aber auch Pizzasteine hergestellt. Schamotte kann besonders gut Wärme speichern.

**Schluss** – Die Seite des Brotes, auf der der Teig beim Formen zusammengeführt wird. Der Laib kann mit Schluss nach oben gebacken werden, was zu einem eher wilden Aufreißen der Kruste entlang der Nahtstellen führt. Soll das Brot eine glatte Oberfläche aufweisen oder an definierten Einschnitt-Stellen aufreißen, wird es mit Schluss nach unten gebacken. Im Gärkorb muss es jeweils anders herum liegen, da es zum Backen aus diesem gestürzt wird.



**Schwaden**, auch Dampf, bedampfen – Der Dampf wird sofort nach dem 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> **Video**

**Starter** – siehe Anstellgut

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

**Stockgare** – Die Gärphase des kompletten, ungeformten Teiges nach dem Kneten und vor dem Aufarbeiten. Je nach Dauer der anschließenden Zwischengare und Stückgare sowie der zu erreichenden Gebäckeigenschaften wird die Dauer der Gärphase festgesetzt. Während der Teigruhe reift der Teig. Insbesondere verquellen die Mehlblätter, bei kleberwirksamen Mehlen entspannt das Klebergerüst. Außerdem wird die Reifung auch zum Vermehrung 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:



- Brot als Beikost – wie man gesund für Kinder backt



- Alternative Bindemittel – Stabilität für glutenfreien Teig

BROT gibt es sechsmal jährlich.  
Die nächste Ausgabe erscheint  
am 11.05.2023

Digital-  
Ausgabe  
erhältlich ab  
28.04.2023



- Unterbruchmethode – so produziert man auf Vorrat frisches Brot



- Genusshandwerk – der Kubschützer Bäcker Stefan Richter im Porträt

## 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,  
Jan Schnare, Max Stecker

## AUTORINNEN & AUTOREN

Bärbel Adelhelm, Nadja Alessi,  
Michelle Deschner, Gerda Göttling,  
Yasmin & Melanie Köhler, Matthias  
Loidl, Nadine Metz, Karl Oppenkampf,  
Steven Paul, Denise Piscula-Wälti,  
Malke von Riechhofen, David Ruppert,  
Tanja Schlund, Julia Stüber, Andrea  
Thode, Alexandra Wojna

## FOTOS

Andrea Thode, Oliver Brachet,  
stock.adobe.com: A\_Lein, Alexander,  
anaumenko, beats\_, Chaebaebyv, drubig-  
photo, drubig-photo, enciero, exclusive-  
design, farfalla2017, ferkelragge,  
enkoAtaman, ji\_images, levrani, Lucky  
Dragon USA, lumrik555, Med Photo Studio,  
monticello, New Africa, ricka\_kinamoto,  
tnk, wideonet, zinkevych, Karina Klačuk

## VERLAG

Wellhausen & Marquardt  
Mediengesellschaft bR  
Mundsburger Damm 6  
22087 Hamburg

## VERLAGSLEITUNG

Christoph Bremer

## ANZEIGEN

Christoph Bremer (Leitung)  
Sven Reinké  
Telefon: 040/42 91 77-404  
anzeigen@wm-medien.de

## GRAFIK

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

## ABO- UND KUNDENSERVICE

Leserservice BROT  
65341 Eltville

Telefon: 040/42 91 77-110  
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](http://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-  
gen 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

# Brot Akademie

Bild: Nittr - stock.adobe.com



## Masterclass Sauerteig

In diesem 10-Tages-Kurs setzt Du Deinen eigenen Sauerteig an und lernst alles über den Umgang mit ihm. Außerdem backen wir gemeinsam Dein erstes Sauerteig-Brot.



## Masterclass Hefezopf

Von der Teigbereitung bis zur Flechttechnik lernst Du alles, um bald schon selbst die perfekten Hefezöpfe herzustellen, die auf jedem Buffet zu einem Hingucker werden.



## Masterclass Croissant & Pain au chocolat

Tourierte Teige sind eine besondere Herausforderung. Wir zeigen Dir, wie Du mit einfachen Hausmitteln luftige Croissants und verführerische Pain au chocolat herstellen kannst.

- ✓ Videokurse mit ausführlichen Anleitungen
- ✓ Praxisnahe Tipps und Tricks
- ✓ Einfache Zutaten, gelingsichere Rezepte

- ✓ Begleitende Kursmaterialien und Rezepte zum Download
- ✓ Lerne wann und wo Du willst – in Deinem Rhythmus
- ✓ Einmal gebucht, immer wieder verfügbar



**Uwe Riebow**

Die Kurse sind super! Fachlich versiert und inhaltlich klasse strukturiert, egal ob man noch Anfänger ist oder schon zu den fortgeschrittenen Hobbybäckern zählt. Ich habe den Sauerteigkurs mitgemacht und mit dem neuen Wissen direkt ein Bombenergebnis erzielt.



**Beate Kircheis**

Ich bin total begeistert von den Inhalten und der Umsetzung. Die Videos sind sehr lehrreich, überfordern dabei nicht und werden durch hilfreiche Beschreibungen ergänzt. Es gibt viel Bonusmaterial mit praktischen Ideen zur Wissenserweiterung. Absolut empfehlenswert!



**Sven Schwaratz**

Ich habe die Masterclass Hefezopf belegt und kann den Kurs nur jedem Hobbybäcker empfehlen. Vor allem die Lektionen zum Flechten des Zopfes haben mir sehr weitergeholfen. Als Ergebnis bekam ich einen hübsch aussehenden und sehr leckeren Hefezopf.

**Jetzt buchen unter [brot-akademie.com](http://brot-akademie.com)**

# Jetzt bestellen

**Brot Fibel**

## Brotbacken

Alle Grundlagen, Tricks und Kniffe

Expertenvissen  
einfach erklärt

- Equipment
- Zutaten
- Teigherstellung
- Backprozess
- Aufbewahrung
- Fehlervermeidung
- Rezeptentwicklung

24,90 Euro

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

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