

Ausgabe 05/2023
www.brot-magazin.de

Brot

Gesund und bekömmlich backen

Mehr als
30 erprobte Rezepte
für jeden Tag

GEMEINSAM STARK

Wie ein Dorf seine
Bäckerei rettete

QUALITÄTSTEST

Unterwegs mit
dem Brotprüfer

WEIZENANBAU

Mit Vielfalt dem
Klimawandel trotzen

GULTENFREI BACKEN

Sieben Fehler, die
vermeidbar sind

So geht's: Mit Vorteigen
zu mehr Frische und Aroma

Zum Anbeißen



05

6,90 EUR

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



Brot Akademie

NEU
Masterclass Brötchen



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 Baguette

Mit einfachen Zutaten und wenig Aufwand zum perfekten Baguette. Wir zeigen Dir, wie Du auf dem Niveau Pariser Boulangerien backen kannst.



Masterclass Hefezopf

Von der Teigbereitung bis zur Flechttechnik lernst Du alles, um bald schon selbst die perfekten Hefezöpfe herzustellen, die auf jedem Büffet 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 Schwarzat

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

EDITORIAL

Liebe Leserin, lieber Leser.



05/2023

Die Brote fürs Magazin zu backen, ist eigentlich nie entspannt. Fünf bis sieben Rezepte parallel, bei allen muss das Timing stimmen, es passt schließlich immer nur eines in den Ofen – da bleibt ein bisschen Stress nicht aus. Vor allem, wenn der Teig seinen eigenen Kopf durchsetzen und nicht in der geplanten Zeit reifen möchte. Für diese Ausgabe war es mal wieder besonders anspruchsvoll.

Denn im Juni zeigte das Thermometer in meiner Küche bereits 26°C an. Das ist ganz schön warm und erhöht das Stresslevel massiv. Wenn ich im Winter backe, dann in der Regel bei 18°C. Dieser Unterschied von 8°C macht eine Menge aus.

Es ist schließlich nicht nur die Umgebungstemperatur. Knethaken, Schüssel, Mehle – alles ist deutlich wärmer als noch vier Wochen zuvor. Die Mikroorganismen – Hefen wie auch Milchsäurebakterien – reagieren entsprechend. Pro 5°C, so die Faustformel, arbeiten sie etwa doppelt so schnell. Wo ein Teig also vor einem Monat bei frühlingshaften 21°C zwei Stunden zum Reifen brauchte, ist er jetzt bereits nach 60 Minuten bereit für die Weiterverarbeitung.

Aber auch andere Effekte bringt die Wärme mit sich. Warmes Mehl neigt dazu, weniger Wasser aufzunehmen. Entsprechend gilt es nachzujustieren. Und beim Kneten erwärmt sich der Teig stärker. Dem begegnet man am besten mit sehr kaltem Schüttwasser. Schließlich sollten Weizenteige möglichst nicht mehr als 26°C erreichen, damit die Krume angenehm fluffig wird. Und dann eben die viel schnellere Gare. Passt man nicht auf, läuft der Teig schon über die Form oder fällt das Brot wegen Übergare im Ofen in sich zusammen.

Viele Faktoren spielen eine Rolle. Immer. Aber im Sommer eben besonders. Und so sollte man sie beim

Umsetzen der Rezepte berücksichtigen. Lieber etwas weniger und kälteres Wasser, beim Kneten öfter mal den Fenstertest machen, weil der Teig anders reagiert, und während der Gare immer ein Auge auf den Teig haben. Im Zweifel ist er doppelt so schnell backbereit. Er allein gibt den Takt vor, nicht das gedruckte Rezept.

Ein paar frustrierende Erfahrungen gehören auf dem Weg irgendwie dazu. Mit ihnen lernt man, an ihnen wächst man. Besser aber ist es natürlich, sie zu vermeiden. Unsere Tipps auf Seite 5 jeder Ausgabe helfen dabei. Ich wünsche Dir für den bevorstehenden Sommer ein glückliches Händchen beim Backen und für die Lektüre dieser Ausgabe gute Unterhaltung sowie nützliche Erkenntnisse.

Herzliche Grüße


Sebastian Marquardt, Chefredakteur

 @brotmagazin


 /BrotMagazin

 brot-magazin.de


Unsere Facebook-Gruppe:

 facebook.com/groups/brotforum

Euer BROT an:

 redaktion@brot-magazin.de

BROTAkademie:

 brot-akademie.com

Inhalt 05/2023

Glutenfrei leben

- **Backfehler vermeiden –**
7 Tipps für die richtigen Stellschrauben

Seite 83

Brot & die Welt

- **Heterogener Weizen –**
mit Vielfalt auf dem Acker dem Klimawandel trotzen

Seite 10

- **Die Qualität von Brot –**
wie Brotprüfer Michael Isensee Backwaren testet

Seite 30

- **Bäckerei-Genossenschaft –**
wie ein Dorf seine Handwerksbäckerei rettete

Seite 62



16

Summertime



17

Baguettini



18

Schabziger-Schnittlauch-Komposition



20

Kastenbrot
Siegerländer Art



22

Kürbisrondell



23

Odenwälder Hausbrot



24

Dinkelvollkorn-Hefezopf



26

Fladenbrot „Gourmet“



27

Dunkler Sesamtraum



28

Wüüürz



29

Käse-Mürbeteig-Ecken



34

Süßkartoffelbrot



35

Dattel-Curry-Aufstrich



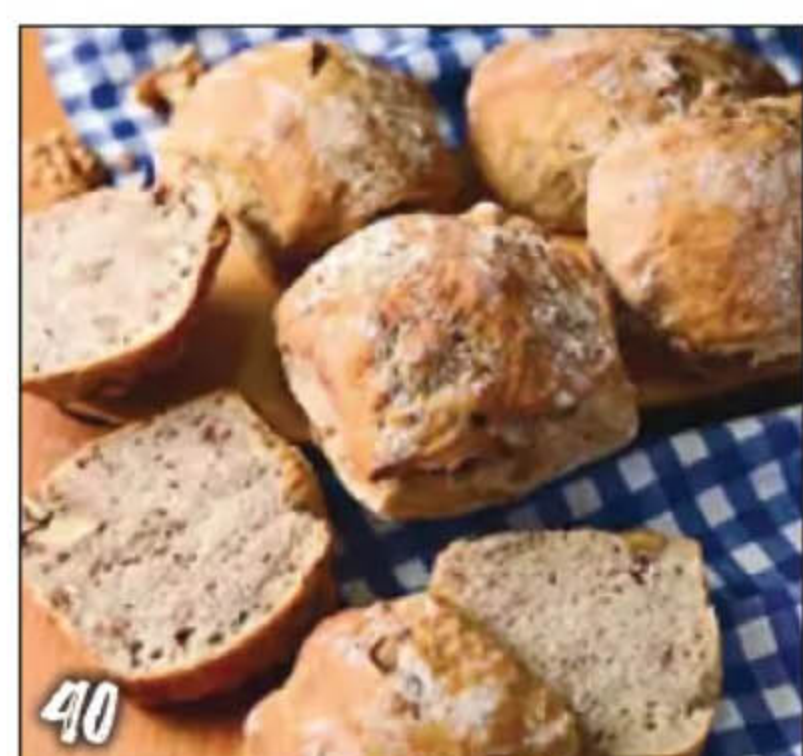
36

To-Bro



38

Saftprotz



40

Simple Nuss



42

Kicheriki



44

Einkornkasten



59

Bajuware



60

Scha(r)f-Wolle



61

Blaubeer-Zitronen-Curd



74

Paderborner-
Röggelchen-Brot



76

Tomatensuppe „Pizza“



78

Brot-Lasagne



80

Süße Dänen-Stulle
mit Apfelkompott

Verschiedenes

Editorial	Seite 3
Neuheiten Meldungen rund ums Backen und Genießen	Seite 6
Mühlen-Finder Ausgewählte Adressen für gutes Mehl	Seite 19
Euer BROT Was Leserinnen und Leser backen	Seite 46
Inspiration Alles rund ums Brot: Bücher, Blogs, Instagram & Co.	Seite 50
BROTladen Nützliche Produkte fürs heimische Backen	Seite 68
Shopfinder Onlineshops empfehlen sich	Seite 73
Glossar	Seite 95
Vorschau/Impressum	Seite 98

Selbst ist das Brot

- **Vor- und Nullteige nutzen –** **Seite 54**
für mehr Aroma und längere Frischhaltung



82 Mehrkornbrötchen



88 Rosinenbrötchen



89 Gewürzbrot mit Sauerkraut



90 Monkey Bread



91 Kräuter-Auffrischbrot



92 Brösmeli



94 Polenta-Schmand-Kruste

- Titelthemen
- ⌚ Speed-Baking
- ✓ Glutenfrei

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 nachschütten, 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.

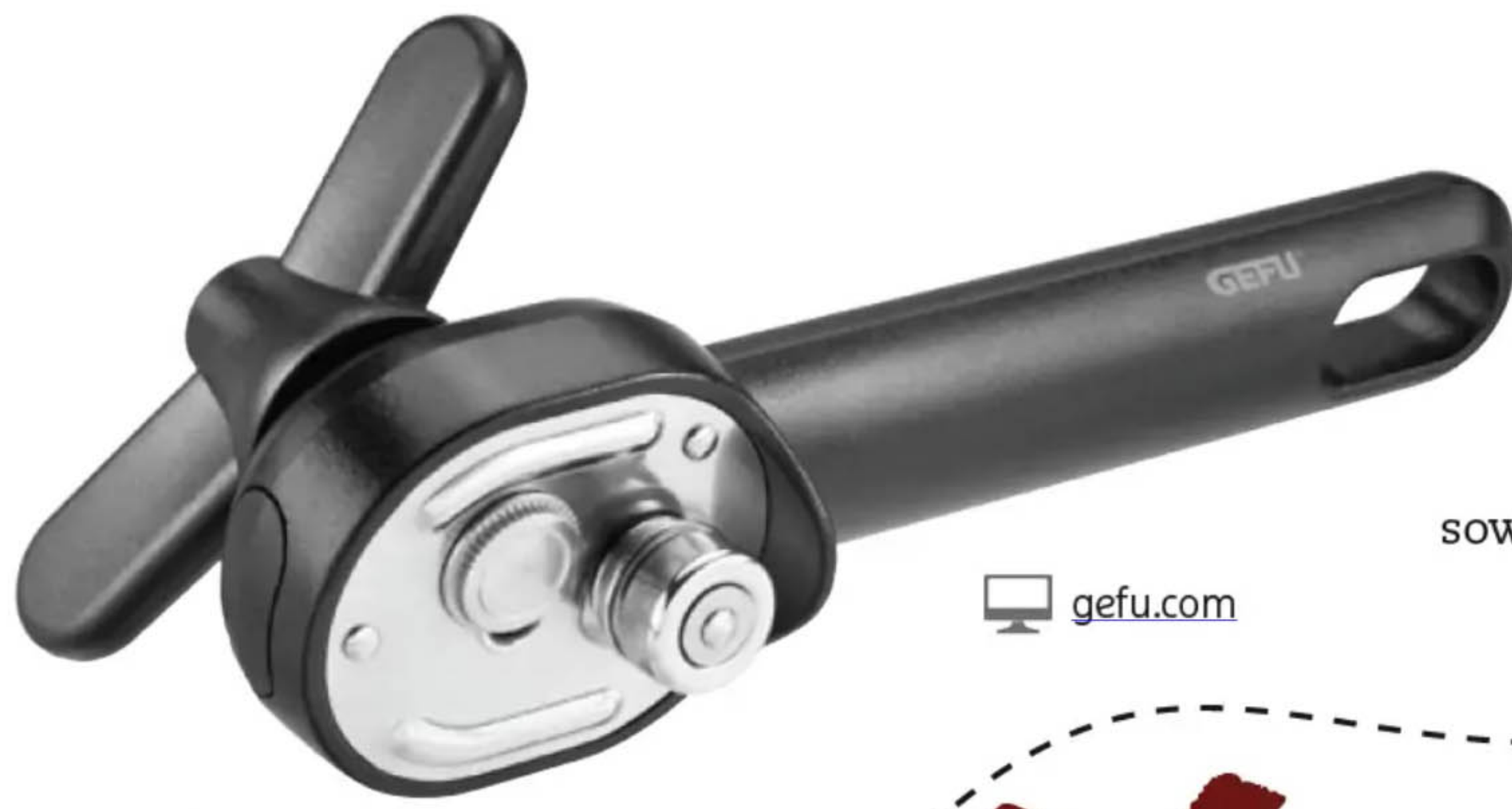
Fachbegriffe

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

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

- Instagram: @brotmagazin
- Facebook: /BrotMagazin
- Website: www.brot-magazin.de
- Facebook Group: facebook.com/groups/brotforum
- BROTRezept-Suche: www.brot-magazin.de/rezepte

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



gefu.com

Der neue Gefu-**Dosenöffner** Ontop hinterlässt laut Herstellerangaben keinen scharfen Dosenrand nach dem Öffnen. Er soll sich für Links- und Rechtshänder eignen, ist 17,5 Zentimeter lang, 5 Zentimeter breit und 7 Zentimeter hoch. Die Küchenhilfe ist aus Kunststoff sowie Klingenstahl gefertigt und nur teilweise spülmaschinengeeignet. Der Dosenöffner kostet 22,95 Euro.

Neuheiten

Eine **pflanzliche Mozzarella-Alternative** bietet SimplyV mit dem Caprese Genuss an. Das Produkt besteht unter anderem aus 12 Prozent gemahlenden Mandeln, Kokosöl, Zitrusfasern sowie Johannisbrotkernmehl und soll den Geschmack sowie die Konsistenz des originalen Mozzarella bieten. Die 125-Gramm-Packung kostet 2,49 Euro.



simply-v.de

Mit den neuen Häussler **Brotstempeln** lassen sich Brotlaibe individualisieren. Die Herzen-, Blumen- oder Smiley-Stempel werden im 3D-Druckverfahren aus lebensmittelechtem Kunststoff hergestellt und auf einen gedrechselten Holzgriff montiert. Der Durchmesser beträgt 70 Millimeter, der Preis je 39,90 Euro.



backdorf.de



20 Zentimeter misst das neue All-Star-**Brotmesser** von Zwilling. Es hat eine eisgehärtete und damit besonders robuste Stahl-Klinge und wird in einer plastikfreien Verpackung geliefert. Am Ende des ergonomischen Griffs befindet sich eine Logo-Applikation, wahlweise in Schwarz, Gold, Mattgold, Rosé-Gold, Silber oder Weiß. Der Preis beträgt 82,95 Euro.

zwilling.com

Beim neuen Bio-Power-Bread von Boecker handelt es sich um ein **Brot** aus glutenfreiem Sauerteig. Es kommt in der 490-Gramm-Dose und ist laut Hersteller außerdem laktosefrei, ohne Zusatz von Ei, Erdnüssen, Soja sowie frei von allen anderen in der Lebensmittelinformations-Verordnung beschriebenen Allergenen. Das zuckerarme Produkt ohne Zusatz von Backhefe kostet 7,79 Euro.

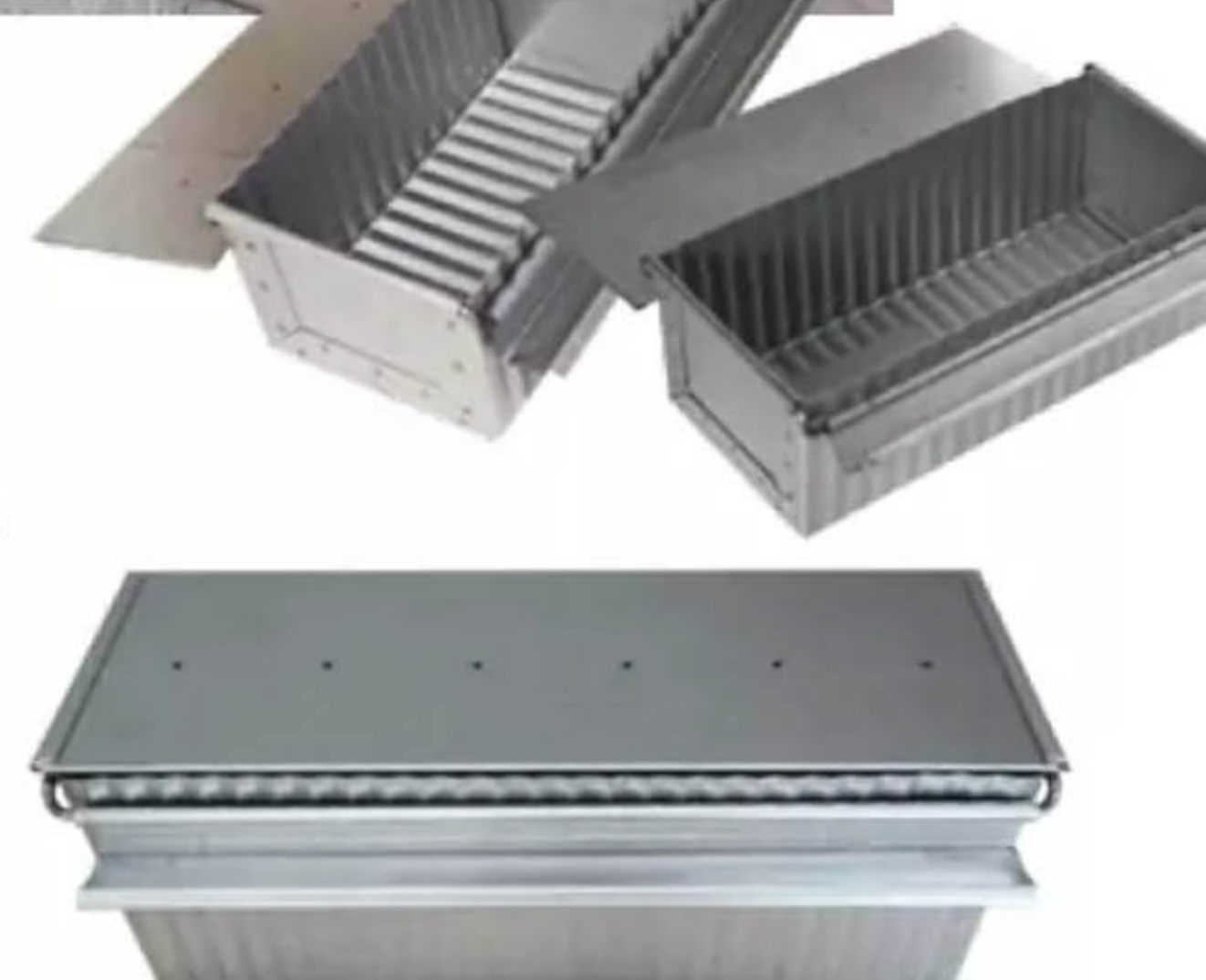


 shop.sauerteig.de



Neu bei Häussler gibt es **Toastbrot-formen** in drei Größen. Sie bestehen aus aluminisiertem Stahlblech und verfügen über einen aufklappbaren Deckel. Die seitlichen Rillen sollen die den originalen Toastbrotlook gewährleisten. Eine Verriegelung des Deckels sorgt dafür, dass der Dampf nicht entweichen kann und das Brot saftig bleibt. Die Maße der Formen betragen 24 x 11 x 8 Zentimeter mit 550 Gramm Teigeinlage, 38 x 12,5 x 9 Zentimeter mit 800 Gramm Teigeinlage oder 33 x 12 x 12 Zentimeter mit 1.200 Gramm Teigeinlage. Der Preis: ab 32,90 Euro.

 backdorf.de



Vom 23. Juni bis 31. August 2023 gibt es **Mühlen** günstiger im BROTLaden. In diesem Zeitraum sind die Mockmill 100 für 229,- Euro, die Mockmill 200 für 299,- Euro und die Mockmill Professional 200 für 669,- Euro zu haben. So spart man jeweils 50,- Euro. Mit den Mockmills lassen sich bei einer Leistung von 360 Watt (Mockmill 100) oder 600 Watt (Mockmill 200 und Professional 200) 100 beziehungsweise 200 Gramm Weichweizen pro Minuten mahlen. Das Mahlwerk besteht aus Korund-Keramik-Mahlsteinen.

 brot-magazin.de/einkaufen



LaSelva hat neue **Ketchup**-Variationen im Angebot. Neben einem klassischen Mix gibt es etwa einen mit Aprikose oder einen mit Balsamico. Der Ketchup **piccante** ist mit Chili aufgepeppt. Hier verspricht der Hersteller eine pikante, fruchtig-herzhaft Würzsoße. Die verwendeten Tomaten stammen aus Italien. Der Preis für ein 340-Gramm-Glas liegt bei 3,25 Euro.

 laselva.bio



Neu bei J.Kinski ist der vegane **Spicy Chili Crunch** mit geänderter Rezeptur. Die **Würzpaste** enthält neben Szechuan-Pfeffer und gehackten Erdnüssen etwa Chili, Ingwer und Kardamom. Sie wird laut Herstellerangaben in Handarbeit hergestellt und abgefüllt. Das 180-Gramm-Glas kostet 11,99 Euro, das 90-Gramm-Glas 6,99 Euro.



 j-kinski.de

Mit der neuen Bio-Marke **Prima!** Alnatura verspricht Alnatura ein breites, preiswertes **Bio-Sortiment**. Dazu zählt etwa das neue Dinkelmehl Type 630. Das hell ausgemahlene Dinkelmehl stammt laut Herstellerangaben aus deutscher Bio-Landwirtschaft. Es kostet 1,79 Euro pro Kilo.

 alnatura.de



Mit dem neuen **Sprossenglas** Bivita von Gefu lassen sich laut Hersteller frische Sprossen wie Alfalfa, Kichererbsen oder Weizen in der eigenen Küche ziehen. Im Sockel ist eine Belüftung integriert, außerdem dient er als Auffangbehälter für abtropfendes Wasser. Der Durchmesser des Mini-Gewächshauses beträgt 13 Zentimeter, die Höhe 18,8 Zentimeter. Es besteht aus Edelstahl, Silikon, Glas sowie Kunststoff und ist spülmaschineneignend. Der Preis: 29,95 Euro.

 gefu.com



Apfelmark aus europäischen Bio-Äpfeln verspricht Alnatura mit seinem neuen Produkt. Es gehört zum Sortiment der neuen Bio-Marke „Prima! Alnatura“ und soll keinen zugesetzten Zucker enthalten. Das 360-Gramm-Glas kostet 0,95 Euro.

alnatura.de

Neu von Antersdorfer gibt es das **Crunchy Hafer** in der 375-Gramm-Verpackung. Darin kommen Hafervollkornflocken, Dinkelpops, Kokosflocken sowie Agavendicksaft zur Verwendung. Der Preis des veganen Produkts, das sich unter anderem als Topping eignet: 3,69 Euro.

shop.antersdorfer.bio



Vegan, glutenfrei und nach Herstellerangaben CO²-neutral produziert wurden die **Karotten-Ingwer-Riegel** von Omni. Mit der Gemüse-Basis möchte man gegenüber herkömmlichen Obstriegeln außerdem 70 Prozent Zucker einsparen. Knusprig wird es durch gepufften Quinoa sowie Sonnenblumenprotein-Reis-Crisps. Die Riegel gibt es im 12er-, 24er-, 36er- oder 48er-Pack. Der Preis: ab 22,90 Euro.



omni-bars.com



ninjakitchen.de

Beim Ninja Speedi handelt es sich laut Hersteller um ein „Rapid Cooking System“. Bis zu vier Portionen unterschiedlicher Speisen sollen laut Herstellerangaben damit zubereitet werden können. Die **Heißluftfritteuse** erlaubt dabei neben dem Heißluft-Frittieren unter anderem Dampfgaren, Grillen oder Backen. Mit dabei sind der antihaftbeschichtete, spülmaschinenfeste 5,7-Liter-Kochtopf, eine Cook & Crisp-Platte sowie ein Rezeptheft. Der Preis: 249,99 Euro.

Mit **genetischer Vielfalt**
dem Klimawandel trotzen

Text: Edda Klepp

Besonderer Weizen

Bei konventionellen Getreide-Züchtungen hat jede Pflanze auf dem Feld dieselben Eigenschaften. Entwickelt, um zum Beispiel einen hohen Proteingehalt zu kultivieren oder einen möglichst großen Ernteertrag zu erwirtschaften, ist sortenreiner Weizen auf Höchstleistungen getrimmt. Doch dort, wo alles gleich ist, zeigen sich auch auf dem gesamten Acker dieselben Anfälligkeiten, zum Beispiel für Schädlinge, Krankheiten oder klimatische Umweltbedingungen. Ein noch recht junger Forschungsansatz könnte Abhilfe schaffen. Gemeint sind Pflanzen aus heterogenen Weizen-Populationen, deren Charakteristika sich gegenseitig optimal ergänzen – wie bei einem stabilen Aktien-Portfolio.

Es ist längst kein Zukunftsszenario mehr: Außergewöhnlich starke Wetterereignisse und klimatische Veränderungen wie die auch in diesem Sommer anhaltende Dürre beeinflussen die Ernten negativ. Getreide, das der Trockenheit nicht gewachsen ist, bringt Mindererträge. Andernorts leiden die Pflanzen unter heftigen Regenereignissen. Auch starke Nässe wirkt sich auf die Erntemenge und -qualität aus.

Ist es während der Weizenblüte zu heiß, findet keine Bestäubung statt und der Ertrag leidet ebenfalls. Herrscht im Winter klirrender Frost, ohne dass die noch zarten Pflanzen des Winterweizens von schützendem Schnee bedeckt sind, können sie leicht erfrieren. Und auch Krankheitserreger bedrohen die Ernte. Dabei gilt bei konventionell gezüchteten Pflanzen der Grundsatz: Trifft es eine, trifft es alle.

Genetisch identisch

Welche Saat ausgebracht und gewerblich gehandelt werden darf, bestimmt das Bundessortenamt nach strengen Regeln, die im Saatgutverkehrsgesetz (SaatG) festgeschrieben sind. Das ursprüngliche Ziel der Saatenzulassung bestand darin, die Leistung, die Erntemenge und die Qualität des Ernteproduktes zu erhöhen, um die Versorgung der Bevölkerung abzusichern.

So gibt es beispielsweise Züchtungen für eher nährstoffarme Böden, für besonders proteinreiche, also vermeintlich backstarke Sorten und viele mehr. Dabei ist jede zugelassene

ZULASSUNG NEUER GETREIDESORTEN

Damit Saatgut von der Landwirtschaft gewerblich genutzt werden darf, muss es zunächst vom Bundessortenamt zugelassen werden. Die Voraussetzungen für die Zulassung einer neuen Sorte sind im Saatgutverkehrsgesetz (SaatG) streng geregelt. So soll sie von anderen Sorten unterscheidbar, in sich homogen und beständig sein sowie eine eigene Sortenbezeichnung haben. Saatgut von Getreide muss außerdem einen sogenannten „landeskulturellen Wert“ besitzen. Das bedeutet, dass sie in Summe der von der Behörde zu prüfenden Eigenschaften im Vergleich zu bereits zugelassenen Sorten deutlich bessere Ernteerzeugnisse erwarten lässt.

 bundessortenamt.de/bsa/sorten/sortenzulassung



Dr. Torsten Siegmeier ist Wissenschaftlicher Mitarbeiter der Universität in Kassel für den betriebswirtschaftlichen Fachbereich ökologische Agrarwissenschaften und Projektleiter des Bakwert-Projektes

Die Bäckermeisterin Anke Kähler ist Vorstandsvorsitzende der Berufsorganisation Die Freien Bäcker, die sich für den ökologischen und sozial gerechten Wandel der Land- und Lebensmittelwirtschaft einsetzt



Sorte genetisch einheitlich. Somit ist auch jede daraus hervorgehende Pflanze identisch. „Sie bringt die gleiche Leistung, hat aber auch die gleichen negativen Eigenschaften wie alle anderen“, erklärt der Agrarwissenschaftler Torsten Siegmeier von der Universität Kassel.

In der Praxis wird diese Einheitlichkeit zunehmend zum Problem. Sobald Bedingungen eintreten, mit denen die ausgewählte Sorte nicht gut zurechtkommt, leiden alle Pflanzen auf dem Acker gleichermaßen.

Der heterogene Weizen wurde vom Acker bis zur Backstube genau untersucht





Klimatische Veränderungen sorgen für unbeständiges Wetter. Das wirkt sich auch auf den Ernteerfolg aus



In der Backstube lässt sich das Mehl verarbeiten wie anderes auch

Suche nach Alternativen

Eine Strategie, auf die klimatischen Veränderungen und deren Folgen zu reagieren, sind immer neue einheitliche Züchtungen, die für spezifische Bedingungen weiter verbessert werden. Doch auch sie geraten bei Unbeständigkeit wieder an ihre Grenzen. Torsten Siegmeier hat eine andere Lösung im Blick: genetische Vielfalt.

„Mit Diversität schafft man Anpassungsfähigkeit an verschiedene äußere Bedingungen und kann Risiken mindern“, sagt er. Konkret

spricht er von heterogenen Weizenpopulationen. Im Gegensatz zu den vereinheitlichten Sorten ist dieses Saatgut genetisch stark durchmischt. „Und dadurch besonders widerstandsfähig“, weiß der Agrarwissenschaftler zu berichten.

Um das heterogene Saatgut zu gewinnen, werden verschiedene Elternsorten mit wünschenswerten Qualitätseigenschaften gekreuzt. Dazu zählen Kriterien wie die Erntemenge, der Ertrag, der Rohproteingehalt und auch Resistenzen gegen Schädlinge sowie Krankheitserreger.

Das Aktien-Prinzip

„Man kann sich das wie ein Aktien-Portfolio vorstellen. Eine Investment-Gesellschaft kauft nicht nur Aktien von einer Firma. Wenn dann nämlich etwas schiefgeht, ist das gesamte investierte Kapital hin. Durch Diversität versucht man, das Risiko zu puffern“, sagt Torsten Siegmeier. „Sollte eine Aktie mal sinken, gewinnt eine andere in der Situation

WIE WETTER UND KLIMA ZUSAMMENHÄNGEN

Die beiden Begriffe Klima und Wetter hängen zusammen, meinen aber nicht dasselbe. Wetter beschreibt, was konkret zu einem bestimmten Zeitpunkt und an einem bestimmten Ort passiert, zum Beispiel dass es regnet, die Sonne scheint oder starker Wind herrscht. Mit Klima ist der typische Verlauf der Witterung in einem bestimmten Gebiet über einen längeren Zeitraum gemeint. So kann es beispielsweise trotz der über einen langen Zeitraum gemessenen kontinuierlichen Erwärmung und anhaltender Dürre zu einem Einzelereignis wie Starkregen oder sogar zu einem regenreichen Sommer kommen. Klimatische Bedingungen wer-

den von einer Vielzahl physikalischer und chemischer Prozesse beeinflusst, die komplexe Wechselwirkungen erzeugen. Die Veränderung eines einzigen Einflusskriteriums wie der Temperatur kann gravierende Folgen haben. Der durch Menschen verursachte Klimawandel führt zu steigenden Temperaturen und der Zunahme außergewöhnlicher Wetterereignisse, seien es Dürre, Sturm, Starkregen oder extremer Schneefall. Seit Beginn der systematischen Wetteraufzeichnungen vor etwa 150 Jahren hat sich nach Angaben des Deutschen Wetterdienstes die Durchschnittstemperatur in Deutschland bereits um 1,7°C erhöht.



Die genetische Vielfalt macht die Populationen widerstandsfähiger als sortenreine Züchtungen

vielleicht an Wert. Und das ist auch das Prinzip bei heterogenem Weizen. Es ermöglicht mehr Selbstregulation im System.“

Im Gegensatz zu konventionell-einheitlichen Züchtungen hat hierbei nämlich jedes Korn anderes Erbgut. Je nach Bedingungen im Anbaujahr dominieren dann genau die Pflanzentypen, die damit besser zurechtkommen. „Bestimmte Genotypen wachsen zum Beispiel gut trotz Nässe, andere gedeihen auch bei trockenen Bedingungen“, so Siegmeyer.


Unter anderem liegt das an der unterschiedlichen Ausprägung der Wurzeln. „Die einen wachsen weiter unten, andere mehr an der Oberfläche. Damit einher gehen unterschiedliche Nährstoffmobilisierung und Wasseraufnahme“, erläutert der Wissenschaftler. „Sie können sich ergänzen und machen sich die vorhandenen Ressourcen unterschiedlich zunutze.“

Nach der Ernte ist der Unterschied zu Liniensorten kaum noch auszumachen



DAS „BAKWERT“-PROJEKT

Mehr zu den Beteiligten und Ergebnissen des Projektes „Bakwert“ findet sich im Netz unter:

 weizenvielfalt.de

Das „Bakwert“-Projekt

Um die Eigenschaften und den Nutzen heterogener Weizenpopulationen auf dem Weg durch die gesamte Wertschöpfungskette – vom Anbau über die Mühlen bis zur Bäckerei – zu untersuchen, schlossen sich bei dem Projekt „Bakwert“ Forschung, Landwirtschaft sowie Betriebe des Back- und Mühlenhandwerks zusammen. Dazu zählen die Universität Kassel, das Kompetenzzentrum Ökolandbau Baden-Württemberg sowie der Berufsverband „Die Freien Bäcker“, der sich einem ökologisch und sozial gerechten Wandel der Land- und Lebensmittelwirtschaft verschrieben hat.

Die Abkürzung „Bakwert“ steht für die „Bewertung und Akzeptanz heterogener Weizenpopulationen in ökologischen



An dem Projekt nahmen insgesamt 14 Bäckereien teil

Wertschöpfungsketten“. Ziel des dreijährigen Projektes war es, dem heterogenen Weizen den Weg in die Praxis zu ebnen. Denn obgleich die Idee der heterogenen Populationen nicht ganz neu ist, gab es in den verschiedenen Branchen noch immer ernstzunehmende Bedenken.

Wie wird sich das Getreide auf dem Acker verhalten? Können beim Reinigen der Körner, dem Vermahlen und auch beim Backen gewohnte Methoden genutzt werden oder sind aufwändige Anpassungen notwendig? Seit Sommer 2020 wurden verschiedene Parameter rund um den Anbau sowie Mahl- und Backprozesse untersucht, um sämtliche Bedenken auszuräumen.

Positives Fazit

Nach der dreijährigen Forschungspase zieht Torsten Siegmeier eine positive Bilanz: „Die heterogenen Populationen, die in unserem



Einige Bäckereien nutzen den Rohstoff auch nach Ende des Projektes weiter

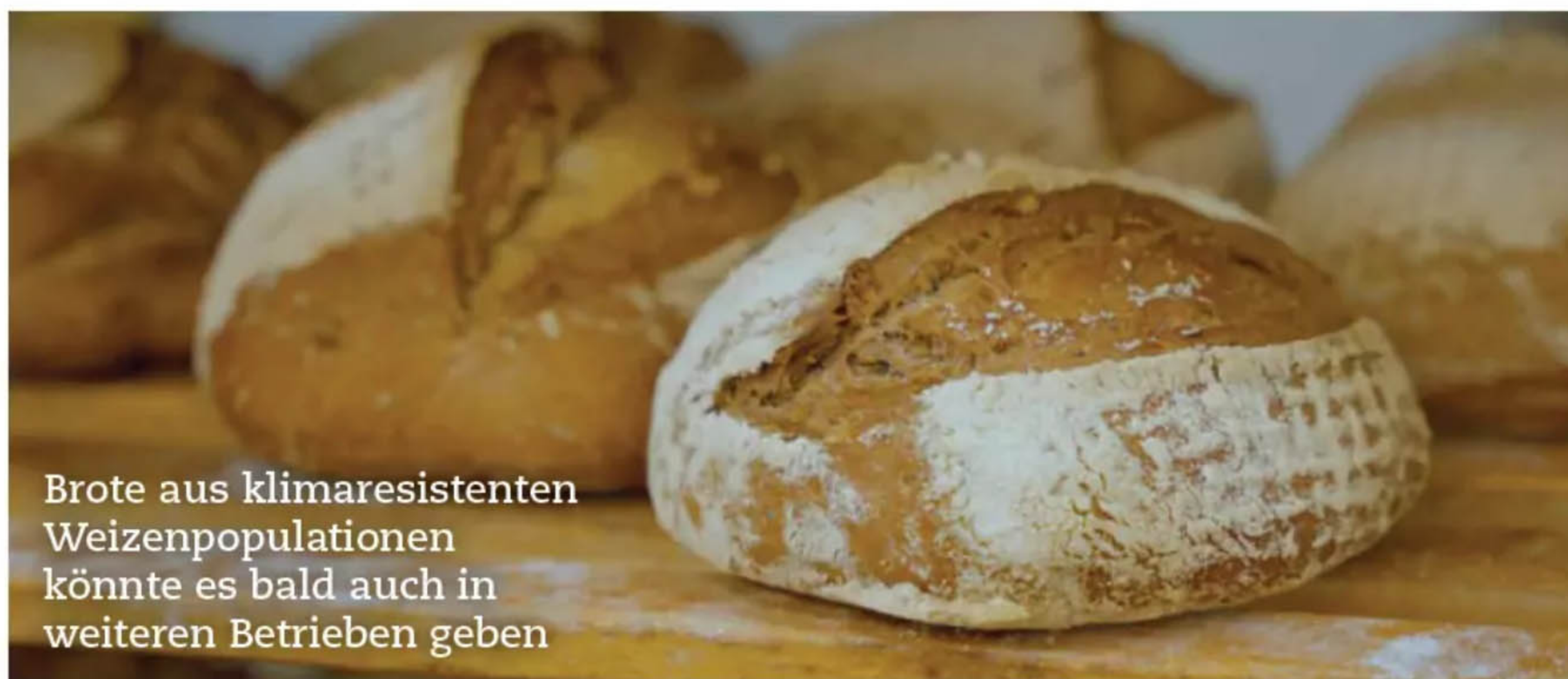
Projekt getestet wurden, liefern stabilere Werte bei der Backqualität und damit eine höhere Sicherheit als konventionelle Züchtungen“, sagt er.

Obgleich das Getreide auf dem Acker sehr bunt aussieht, sich lange und kurze Halme abwechseln und dicke sowie dünne Blätter mit unterschiedlichen Färbungen zu erkennen sind, gab es beim Anbau keine Unterschiede zu üblichen Weizenkulturen, berichtet der Forscher. „Sobald das Korn gedroschen ist, lassen sich die Körner nicht mehr von sortenreinem Weizen unterscheiden.“

Auch in den Mühlen und Bäckereien ließ sich das heterogene Getreide genauso verarbeiten wie Sortenweizen. „Es gibt keine Anpassungsbedarfe, die über das hinausgehen, was alle von unterschiedlichen Ernten aus verschiedenen Jahren kennen“, so Siegmeier. „Von den Bäckereien kam die

Seit mehreren Jahren nutzt der Bäcker Richard Hart aus Kopenhagen Mehl aus heterogenen Weizen-Populationen





Brote aus klimaresistenten Weizenpopulationen könnte es bald auch in weiteren Betrieben geben

Rückmeldung, dass sie gerade auch im Weißmehl-Bereich kein so gutes Abschneiden erwartet hätten. Teilweise haben sie den Rohstoff dann sogar über unsere Backkampagne hinaus weiter genutzt“, freut sich der Agrarforscher.

Dass sich Mehl aus heterogenem Weizen bestens für Brot und Brötchen eignet, bestätigt auch ein Blick nach Kopenhagen. Hier backt der Bäcker Richard Hart schon seit mehreren Jahren mit dem besonderen Rohstoff. In seiner Bäckerei „Hart Bageri“ verarbeitet er Mehl aus heterogenen Populationen, das aus Italien stammt. Regelmäßig klärt Hart seine Kundschaft im Verkaufsgespräch über die ökologischen Vorteile des Getreides auf.

Ökologische Landwirtschaft

In Deutschland ist das heterogene Saatgut seit dem 1. Januar 2022 mit

dem Inkrafttreten der neuen EU-Ökoverordnung bislang nur in der ökologischen Landwirtschaft zugelassen. „Der Prozess der Sortenzulassung ist hierfür vereinfacht worden, da man bei einer Population aufgrund ihrer genetischen Vielfalt keine typischen äußeren Merkmale bestimmen kann wie bei einer einzelnen Sorte“, erklärt Torsten Siegmeier.

„Die Nachfrage ist seither stark gewachsen und gleichzeitig immer noch verschwindend gering. Dieses Jahr werden vermutlich nicht mehr als 1.000 Hektar heterogener Weizen in Deutschland geerntet“, sagt der Agrarexperte. Zum Vergleich: Winterweichweizen wurde 2022 auf 2,9 Millionen Hektar angebaut. Im Hinblick auf die Zukunft macht das Projekt dennoch Hoffnung. Wie es scheint, hat die Forschung erste Antworten gefunden. ■

WARUM DER PROTEINGEHALT IMMER WIEDER THEMA IST

Noch immer wird die Qualität von Brotweizen in der Landwirtschaft am Proteingehalt festgemacht, um gute Backeigenschaften von Mehl zu garantieren. Das Protein verbindet sich später im Teig zu einem stabilen Klebergerüst und wirkt sich so auf das Volumen von Gebäcken aus. Anbauende Betriebe streben einen Protein-Wert im Weizen von mindestens 12 Prozent an. Daran misst sich später der Verkaufspreis.

Unter ökologischen Gesichtspunkten gerät dieses Vorgehen zunehmend in die Kritik. Um den Proteingehalt zu steigern, kommen häufig Düngemittel zum Einsatz. Sie versorgen die Pflanze mit zusätzlichem Stickstoff, wodurch sich der Proteingehalt erhöht. Eine zu große Menge oder zum falschen Zeitpunkt ausgebrachter Dünger kann von den Pflanzen nicht vollständig aufgenommen werden. Nicht-lösliche Nitrate und andere Bestandteile geraten ins Grundwasser. Sowohl die energieintensive industrielle Herstellung stickstoffhaltiger Düngemittel als auch die Folgen der Düngung wirken sich negativ auf die Klimabilanz aus.

Neben der Entwicklung neuen Saatguts müssen auch Bäckerinnen sowie Bäcker ihren Beitrag leisten und langfristig ihre Produktionsweisen ändern, um auch mit einem geringeren Proteingehalt voluminöse Gebäcke herzustellen. Vorteige, lange Gehzeiten und schonendes Kneten helfen, um auch mit weniger Protein eine gute Backqualität zu erzielen.

Jetzt bestellen



Die 50 beliebtesten BROTRezepte. Von Euch gewählt.

www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110

service@brot-magazin.de



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

Teig-Zutaten

- ▶ 320 g Wasser (kalt)
- ▶ 450 g Hartweizenmehl (alternativ Hartweizengrieß)
- ▶ 50 g Roggenmehl 1150
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 5 g Frischhefe

Für Einsteiger
geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	fest
Zeit gesamt:	6,5-8,5 Stunden
Zeit am Backtag:	6,5-8,5 Stunden
Backzeit:	45 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	220°C sofort
Schwaden:	nein

Summertime

Ein Brot aus leckerem Hartweizen passt hervorragend in die aktuelle Jahreszeit. Das Getreide bringt eine leicht karamellige Note mit, die durch das kräftige Roggenmehl noch intensiviert wird. In nur wenigen Stunden hat man so einen frischen Laib auf dem Tisch, der wunderbar mit verschiedenen Belägen harmoniert. Und dabei herzhaft sowie – trotz vieler Ballaststoffe – flockig-leicht daherkommt. Hmmm, das schmeckt nach Sommer.

● Die Zutaten 10 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann 10 Minuten auf schnellerer Stufe kneten. Den Teig anschließend 4-6 Stunden zugedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen, bis sich das Volumen in etwa verdoppelt hat.

● Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und rundwirken. Mit Schluss nach unten in ein bemehltes Gärkörbchen legen und 60 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.


● Rechtzeitig den Backofen sowie einen gusseisernen Topf mit Deckel auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.


● Den Teigling sanft aus dem Gärkörbchen stürzen und im Topf mit geschlossenem Deckel den Ofen geben. Die Temperatur sofort auf 220°C reduzieren und 35 Minuten backen. Den Deckel abnehmen und weitere 10 Minuten backen. ■

Tipp

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

Rezept & Bild: Edda Klepp

 @brotmagazin

 /BrotMagazin

 brot-magazin.de



Baguettini

Rezept & Bild:
Denise Pissulla-Wälti

Tipp

1 g Frischhefe
entspricht in etwa
der Größe einer
Kichererbse.

Vorteig

- ▶ 100 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 100 g Weizenmehl T65
(alternativ Weizenmehl 550)
- ▶ 10 g Schwarzbrotmehl
(alternativ Roggenmehl Vollkorn)
- ▶ 1 g Frischhefe

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt bei Raumtemperatur 6-10 Stunden reifen lassen.

Hauptteig*

- ▶ Vorteig
- ▶ 400 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 460 g Weizenmehl T65 (alternativ Weizenmehl 550)
- ▶ 70 g Roggenmehl 1150
- ▶ 50 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 14 g Salz
- ▶ 10 g Ahornsirup (alternativ Honig)
- ▶ 1 g Frischhefe

*Ergibt 10 Stück

Schwierigkeitsgrad: ★★★

Getreide: Weizen, Roggen

Triebmittel: Hefe

Teigkonsistenz: weich, bindig

Zeit gesamt: 21-50 Stunden

Zeit am Backtag: 2-2,5 Stunden

Backzeit: 14-18 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 250°C

Schwaden: beim Einschießen

Die kleinen Baguette-Brötchen überzeugen auch ohne Sauerteig durch einen intensiven Geschmack.

Den erhalten sie dank langer kalter Gare, eines Anteils Roggenmehl und einer vergrößerten Oberfläche beim Backen.

So entstehen herrliche Fermentations- sowie Röstaromen. Die Brötchen lassen sich sowohl pur als Knusperstangen, zum Dippen oder auch typisch italienisch belegt genießen.

☉ Alle Zutaten gründlich mischen, bis keine Mehlnester mehr vorhanden sind, und zugedeckt bei Raumtemperatur 60-90 Minuten anspringen lassen, danach für 12-36 Stunden in den Kühlschrank stellen.

☉ Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen, auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und in 10 gleich große Portionen zu je etwa 120 g aufteilen.

☉ Jedes Teigstück zu einem Zylinder aufrollen, dabei den Schluss vor dem Verschließen leicht bemehlen und nur leicht andrücken, damit sich später beim Backen ein rustikaler Ausbund bildet. Die Teiglinge zugedeckt bei Raumtemperatur 15 Minuten entspannen lassen.

☉ Die Zylinder jeweils straff auf eine Länge von zirka 15 cm ausrollen, dabei beide Enden spitz ausformen. Die Teiglinge mit Schluss nach unten auf ein bemehltes Backleinen (alternativ Geschirrhandtuch) geben und zugedeckt bei Raumtemperatur 90-120 Minuten zur Gare stellen.

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

☉ Die Teiglinge vorsichtig mit Schluss nach oben auf eine Dauerbackmatte (alternativ Backpapier) legen, unter reichlich Schwaden einschießen und 14-18 Minuten backen. ■



Zeitraster

8.00 Uhr
Vorteig
ansetzen

17.00 Uhr
Hauptteig
ansetzen

18.30 Uhr
Hauptteig in den
Kühlschrank stellen

Nächster Tag
15.00 Uhr
Baguettini
formen

16.30 Uhr
Backofen
vorheizen

17.00 Uhr
Backen

17.20 Uhr
Baguettini
fertig

Schabziger-Schnittlauch-Komposition

Rezept & Bild: Gerda Götting

Anzeigen

Mit dem Schabzigerklee verbinden viele den Geschmack der Vinschger Paarden aus dem Urlaub in Südtirol. In der Schweiz wiederum findet sich das Gewürz in verschiedenen Käsesorten, deftigen Eintöpfen und Suppen. Zusammen mit reichlich Schnittlauch spielt der Klee die Hauptrolle in diesem wohlschmeckenden Aufstrich, der besonders gut mit Ruch- oder Roggenbrot harmoniert.

Zutaten*

- ▶ 1 Knoblauchzehe
- ▶ 150 g Frischkäse (Natur, alternativ Magerquark)
- ▶ 100 g Sauerrahmbutter
- ▶ 15 g Sahne
- ▶ **Spätere Zugabe**
- ▶ 30 g Schnittlauch (frisch, in feine Ringe geschnitten)
- ▶ 1-3 g Schabzigerklee (gemahlen)
- ▶ Pfeffer (aus der Mühle)
- ▶ Salz

*Ergibt 1 Glas à 250 ml



Tipp Schabzigerklee ist ein sehr geschmackvolles Gewürz und sollte deshalb sparsam verwendet werden. Würzt man damit den Teig für ein Brot, so genügt auf 500 g Mehl die Menge von 3 g gemahlenen Schabzigerklees.

- Eine Schüssel mit der Knoblauchzehe gut einreiben.
- Frischkäse, Butter und Sahne in der Schüssel miteinander vermengen und schaumig schlagen.
- Schnittlauch und Schabzigerklee unter die Masse heben und alles vermengen.
- Mit Pfeffer und Salz gut abschmecken.
- Im Kühlschrank ist der Aufstrich etwa 3 Tage haltbar. ■



PLZ 20000



Backen Sie Ihr Brot
mit unseren
wertvollen Zutaten!

Bioland

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

PLZ 60000



Aus Tradition gut

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

Zimmermann-Mühle



**GETREIDE
MEHLE
BACKZUTATEN**

von den Höhenlagen
des Schwarzwaldes

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

PLZ 90000



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

Onlineshop:
www.winkler-muehle.de

Dorfstr. 1 • 91189 Gustenfelden
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

PLZ 50000



**Backen wie zu
Omas Zeiten**

www.horbacher-muehle.de

BIO MÜHLE EILING

Möhnestraße 98
59581 Warstein

shop@biomuehle-eiling.de
www.biomuehle-eiling.de

PLZ 70000



WALZ-MÜHLE

Erlebniseinkauf im
neuen Mühlenmarkt
oder im Onlineshop



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



Stingel-Mühle
72336 Balingen



Versandkostenfrei ab 45 €

**QUALITÄTSMEHLE
BACKMISCHUNGEN
BACKZUTATEN
& ZUBEHÖR**

www.mehlkaufen.de



Stettfelder Mühle

GETREIDEHANDEL · SPEDITION
MÜHLENLADEN · FUTTERMITTEL



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

76698 Ubstadt-Weiher
www.stettfelder-muehle.de

PLZ 80000

Mailänder Mühle



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

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

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




Scan mich

...unser Können
liegt in Ihrer Hand

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

- Onlineshop
- Hofladen
- Reinigungsanlage
- Gastronomie

**Andreas Löffl &
Kathrin Nagy
Wolfmühle 1
85661 Forstinning**

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

Österreich



Schustermühle
Seit 1825

- Mehl
- Getreide
- Backzutaten

Aus der
Region für
die Region

besuchen Sie unseren
Onlineshop

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



la mühle la

Langers Mühlenladen

Alles rund ums
Backen, Kochen und
vieles mehr

www.lamuehla.at

Schubertstraße 15
3452 Atzenbrugg
Österreich

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



**GUTES FÜR
DICH!**

**EXZELLENT BIOQUALITÄT -
GUT FÜRS BAUCHGEFÜHL!**


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

Bequem online bestellen unter
www.rosenfellner.at



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

Hochmühle Frauenlob
Dorf 15
5325 Plainfeld
www.frauenlob.at



Neu im Markt

Sauerteig

- ▶ 240 g Wasser (warm)
- ▶ 240 g Roggenschrot (mittel)
- ▶ 50 g Anstellgut
- ▶ 5 g Rauchsalz (alternativ Salz)

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt bei Raumtemperatur 12-24 Stunden gehen lassen.

Lievito Madre

- ▶ 90 g Wasser (kalt)
- ▶ 90 g Weizenmehl 1050
- ▶ 45 g Lievito Madre

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt bei Raumtemperatur 12-20 Stunden gehen lassen.

Glanzstreiche

- ▶ 100 g Wasser (kochend)
- ▶ 25 g Wasser (kalt)
- ▶ 6 g Salz
- ▶ 5 g Weizenstärke (alternativ Kartoffelstärke)

Die Stärke mit 25 g kaltem Wasser verrühren, dann zusammen mit dem Salz in kochendes Wasser einrühren und kurz aufkochen lassen.

Die Glanzstreiche in ein zuvor ausgekochtes Glas (zirka 150 ml) füllen und bis zur weiteren Verwendung im Kühlschrank aufbewahren. Die Masse ist gekühlt mehrere Tage haltbar.

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
 - ▶ Lievito Madre
 - ▶ 260 g Wasser (warm)
 - ▶ 270 g Roggenschrot (mittel)
- Spätere Zugabe
- ▶ 30 g Zuckerrübensirup
 - ▶ 8 g Rauchsalz (alternativ Salz)

Topping

- ▶ Glanzstreiche



Wenn das Brot oben zu dunkel wird, kann man es mit Backpapier abdecken. Für ein spürbares Aroma braucht es starkes Rauchsalz, zum Beispiel Druiden-Rauchsalz.



Kastenbrot Siegerländer Art

Das klassische Siegerländer Schwarzbrot ist ein Sauerteigbrot mit glänzender Oberfläche, das hauptsächlich aus Roggenschrot und einem kleinen Anteil Weizenmehl gebacken wird. Diese Variante des Gebäcks wird in der Kastenform gebacken und kann deshalb mit etwas mehr Flüssigkeit geknetet werden. Zwei Vorteige bringen Aroma und eine angenehme Säure in den Laib.

☉ Alle Zutaten – außer Zuckerrübensirup und Salz – auf langsamer Stufe 5 Minuten mischen und zugedeckt bei Raumtemperatur 30 Minuten ruhen lassen.

☉ Zuckerrübensirup und Salz zugeben, den Teig auf schnellerer Stufe 5 Minuten kneten und zugedeckt bei Raumtemperatur 30-45 Minuten zur Stockgare stellen.

☉ Den Teig in eine gefettete Kastenform (zirka 30 cm) geben und glattstreichen. Anschließend zugedeckt bei Raumtemperatur 90-120 Minuten zur Stückgare stellen, bis der Teig den Rand der Form erreicht hat.

☉ Rechtzeitig den Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen und die Glanzstreiche vorbereiten.

☉ Die Kastenform unter Schwaden in den Backofen geben und 15 Minuten backen. Den Schwaden ablassen, das Brot mit Glanzstreiche einstreichen, die Temperatur auf 180°C reduzieren und weitere 45 Minuten fertig backen. 10 Minuten vor Backende erneut mit Glanzstreiche bestreichen. ■

Rezept & Bild: Dieter Stegmaier

@brotschmiede_dieterstegmaier

/brotschmiede_dieterstegmaier

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆☆

Getreide: Roggen, Weizen

Triebmittel: Sauerteig, Lievito Madre

Teigkonsistenz: weich

Zeit gesamt: 16-26 Stunden

Zeit am Backtag: 3,5-4,5 Stunden

Backzeit: 60 Minuten

Starttemperatur: 200°C

Backtemperatur: 180°C nach 15 Minuten

Schwaden: beim Einschließen, nach 15 Minuten ablassen

Zeitraster

14.00 Uhr
Sauerteig und
Lievito Madre ansetzen

Nächster Tag
12.00 Uhr
Hauptteig ansetzen

13.30 Uhr
Teig in die
Kastenform füllen

14.30 Uhr
Ofen vorheizen und
Glanzstreiche vorbereiten

15.00 Uhr
Backen

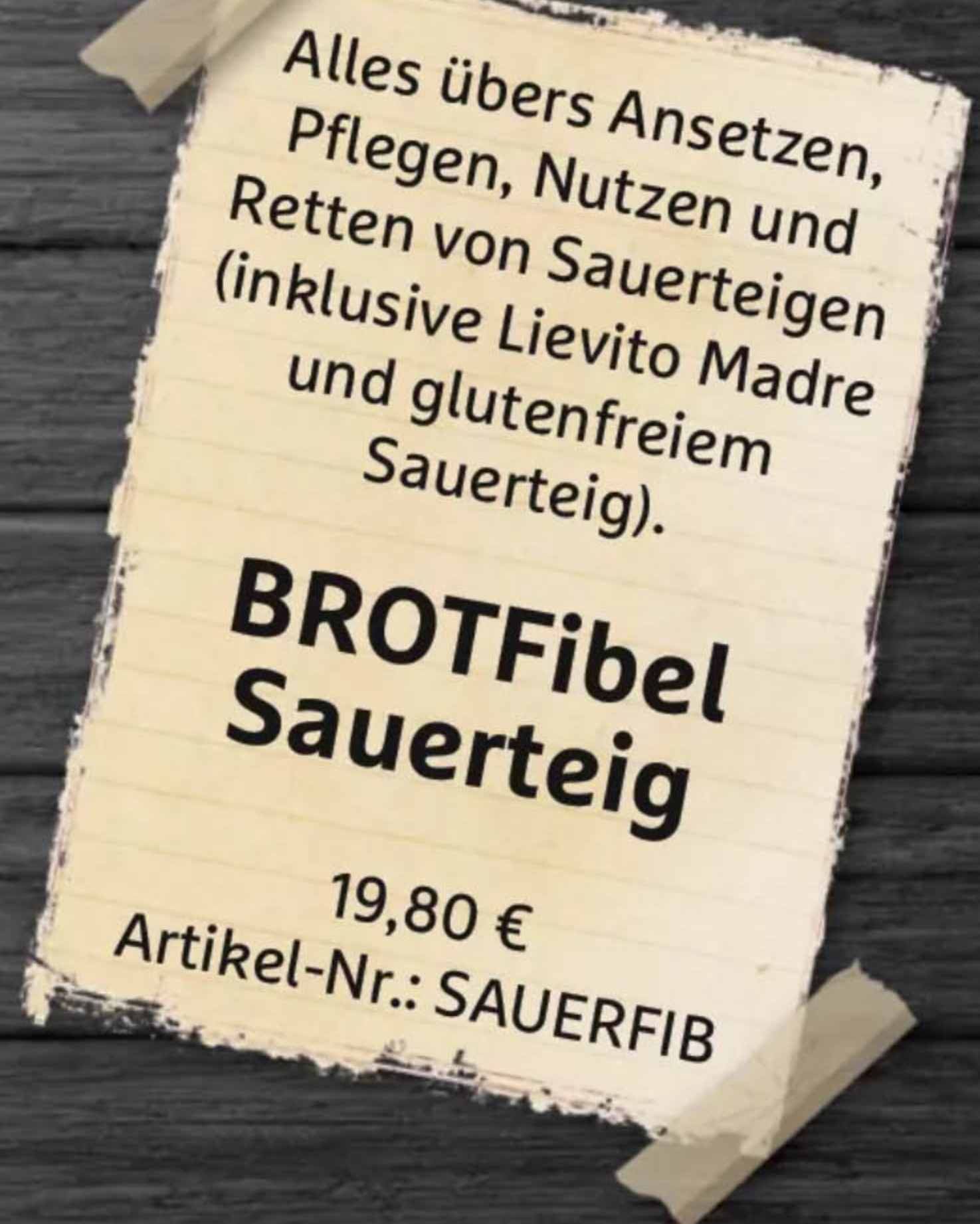
16.00 Uhr
Brot fertig

Geballtes Wissen

Die ersten Schritte zum eigenen Brot – einfach und gelingsicher erklärt.

BROTfibel Basis-Wissen

19,80 €
Artikel-Nr.: BASISFIB



Jetzt bestellen

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

Dieses Rezept
gelingt mit dem
Thermomix



Kürbisondell

Quellstück

- ▶ 300 g Reisdink
(alternativ Haferdrink)
- ▶ 5 g Frischhefe
- ▶ 5 g Zuckerrübensirup
(alternativ Honig)

Spätere Zugabe

- ▶ 4 g Flohsamenschalen (gemahlen)
- Reisdink, Hefe und Sirup für 2-3 Minuten bei 37°C auf Stufe 2 mischen. Dann die Flohsamenschalen dazugeben und 1 Minute untermischen. Das Quellstück kann dann direkt weiterverarbeitet werden.

Teig-Zutaten

- ▶ Quellstück
- ▶ 250 g Weizenmehl 1050
- ▶ 100 g Kamutmehl Vollkorn
(alternativ Weizenmehl Vollkorn)
- ▶ 100 g Weizen-Ruchmehl
(alternativ Weizenmehl 1050)
- ▶ 30 g Emmermehl Vollkorn
(alternativ Weizenmehl Vollkorn)
- ▶ 20 g Teffmehl (alternativ
Buchweizenmehl)
- ▶ 100 g Kürbis (geschält,
grob zerkleinert)
- ▶ 10 g Mohnsaat
- ▶ 10 g Sesamsaat
- ▶ 10 g Salz

Für Einsteiger
geeignet

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆☆

Getreide: Weizen, Kamut,
Emmer, Hirse

Triebmittel: Hefe

Teigkonsistenz: klebrig, mittelfest

Zeit gesamt: 5-7 Stunden

Zeit am Backtag: 5-7 Stunden

Backzeit: 40 Minuten

Starttemperatur: 240°C

Backtemperatur: 190°C
nach 10 Minuten

Schwaden: beim Einschießen

Der Kürbis ist ein vielseitiges Gemüse. Man kann ihn nicht nur zu Deko-Zwecken nutzen oder seine Kerne verwenden. Auch sein Fleisch ist ein Genuss: als Suppe, Eintopf oder auch im Brot. Dem Kürbisondell verleiht er zum einen eine kräftige Farbe, sorgt zum anderen aber auch für ein süßliches Aroma. Damit wird das Brot zur tollen Basis für herzhaftes sowie süße Aufstriche und ist ein idealer Begleiter von warmen Speisen.

- Den Kürbis im Thermomix fein häckseln.
- Zusammen mit allen übrigen Zutaten 3 Minuten auf der Knetstufe kneten.
- Den Teig in eine Schüssel umfüllen und zugedeckt bei Raumtemperatur etwa 2-4 Stunden gehen lassen, bis der Teig sein Volumen in etwa verdoppelt hat. Dabei alle 60 Minuten einmal dehnen und falten.
- Den Teig auf eine nasse Arbeitsfläche stürzen und mit nassen Händen rundformen. Mit Schluss nach oben in ein bemehltes Gärkörbchen geben und zugedeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten gehen lassen.
- Rechtzeitig den Backofen auf 240°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Den Teigling aus dem Gärkörbchen stürzen, kreuzweise einschneiden und unter Schwaden in den Ofen geben. Nach 10 Minuten die Temperatur auf 190°C reduzieren und weitere 30 Minuten backen. ■

Tipp

Sollte das Brot zu dunkel werden, rechtzeitig abdecken. Anstelle von Kürbis eignet sich auch Süßkartoffel. Allerdings sollte man sie zuvor kochen und zu Mus verarbeiten.

Rezept & Bild: Bärbel Adelhelm



Tipp

Kamutmehl findet sich im Handel häufig unter der Bezeichnung Khorasan.

Odenwälder Hausbrot

Der Laib ist ein tolles Alltagsbrot, das zum Frühstück oder Abendessen passt, aber auch als Beilagenbrot zum Salat oder zur Suppe etwas hermacht. Das Kochstück kann bereits am Vortag hergestellt und nach dem Abkühlen kaltgestellt werden. Es beschert dem herzhaften Gebäck eine längere Frischhaltung und Saftigkeit. Kräftiges Roggen- und nussiges Kamutmehl geben dem Brot zudem eine besondere geschmackliche Note.

- 🕒 Alle Zutaten – außer Salz – 2 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann 30 Minuten zugedeckt bei Raumtemperatur quellen lassen.
- 🕒 Das Salz zugeben und den Teig auf schnellerer Stufe 12 Minuten kneten. Den Teig einmal dehnen sowie falten und dann 3,5 Stunden zugedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen. Nach 30 und 60 Minuten nochmals jeweils einmal dehnen und falten.
- 🕒 Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und rundformen, dann 5 Minuten entspannen lassen.
- 🕒 Den Teig langwirken, mit Schluss nach oben in ein bemehltes Gärkörbchen geben und weitere 45 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.
- 🕒 Rechtzeitig den Backofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- 🕒 Den Teigling sanft aus dem Gärkörbchen stürzen, einschneiden, unter Schwaden in den Ofen geben und 10 Minuten backen. Den Schwaden ablassen, die Temperatur auf 200°C reduzieren und weitere 35-40 Minuten backen. ■

Rezept & Bild: Valesa Schell

📷 @brobackliebeundmehr

📱 /groups/brobackliebeundmehr

Tipp

Kamutmehl findet sich im Handel häufig unter der Bezeichnung Khorasan.

Kochstück

- ▶ 250 g Wasser (kalt)
- ▶ 50 g Weizenmehl Vollkorn

Das Mehl ins Wasser einrühren, unter Rühren zum Kochen bringen und so lange weiter rühren, bis die Masse puddingähnlich eindickt. Vom Herd nehmen und zugedeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten abkühlen lassen.

Hauptteig

- ▶ Kochstück
 - ▶ 200 g Wasser (kalt)
 - ▶ 250 g Weizenmehl 550
 - ▶ 100 g Kamutmehl Vollkorn (alternativ Weizenmehl Vollkorn)
 - ▶ 100 g Roggenmehl 1370 (alternativ Roggenmehl 1150)
 - ▶ 35 g Altbrot (geröstet, gemahlen)
 - ▶ 40 g Anstellgut
 - ▶ 3 g Frischhefe
 - ▶ 3 g Zuckerrübensirup
- Spätere Zugabe
- ▶ 10 g Salz

Schwierigkeitsgrad: ★★★

Getreide: Weizen, Kamut, Roggen

Triebmittel: Hefe, Sauerteig

Teigkonsistenz: weich

Zeit gesamt: 8 Stunden

Zeit am Backtag: 8 Stunden

Backzeit: 45-50 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 200°C
nach 10 Minuten

Schwaden: beim Einschießen,
nach 10 Minuten ablassen



Tipp

1 g Frischhefe
entspricht etwa
der Größe einer
Kichererbse.

Dinkelvollkorn-Hefezopf

Wohlgeformt, reich an Aromen und extrem fluffig – das ist der Einstrang-Hefezopf aus Dinkel-Vollkornmehl. Möglich machen es ein Kochstück sowie eine Biga, die ordentlich Saftigkeit und Geschmack ins Gebäck bringen. So hält der Zopf lange frisch und wird herrlich wattig-weich. Besonders lecker ist das Gebäck frisch aus dem Ofen zum Frühstück oder beim Grillfest. Aber auch zum Snacken zwischendurch eignet sich das geflochtene Brot ganz hervorragend.



Zeitraster

8.00 Uhr

Kochstück vorbereiten
Biga ansetzen

17.00 Uhr

Hauptteig
ansetzen

20.15 Uhr

Teig in den Kühl-
schrank stellen

Nächster Tag
8.00 Uhr

Zöpfe formen

10.45 Uhr

Ofen vorheizen

11.15 Uhr

Backen

11.40 Uhr

Zöpfe fertig

☉ Vorteig, Mehl, Milch und Kochstück auf langsamer Stufe 2-3 Minuten mischen, dann zugedeckt bei Raumtemperatur 30 Minuten quellen lassen.

☉ Alle restlichen Zutaten – außer Butter – hinzugeben und auf langsamer Stufe 5 Minuten untermischen.

☉ Den Teig auf schnellerer Stufe weitere 5 Minuten kneten, dabei die Butter nach und nach hinzugeben. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur 2-3 Stunden reifen lassen, bis sich das Volumen knapp verdoppelt hat, dann für 12 Stunden in den Kühlschrank stellen.

☉ Den Teig auf eine Arbeitsfläche stürzen und halbieren.

☉ Jede Teighälfte zu einem etwa 4-5 cm dicken Strang ausrollen und diesen zu einem Einstrang-Zopf flechten. Auf eine Dauerbackmatte (alternativ Backpapier) legen und zugedeckt bei Raumtemperatur 3 Stunden gehen lassen.

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

☉ Die Zöpfe mit Milch bepinseln, in den Ofen geben und 20-30 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen und direkt ein zweites Mal mit Milch bepinseln. ■

Kochstück

▶ 90 g Vollmilch (kalt)

▶ 30 g Dinkelmehl Vollkorn

Mehl und Milch in einem Topf mischen, unter Rühren zum Kochen bringen und so lange weiter rühren, bis die Masse puddingähnlich eindickt. Vom Herd nehmen und zugedeckt bei Raumtemperatur 4-5 Stunden abkühlen lassen, danach für etwa 5 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Vorteig (Biga)

▶ 80 g Wasser (kalt)

▶ 120 g Dinkelmehl Vollkorn

▶ 1,2 g Frischhefe

Die Hefe im Wasser auflösen, das Mehl hinzugeben und die Zutaten gründlich mischen. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur 60-120 Minuten anspringen lassen, dann für etwa 8-12 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Hauptteig*

▶ Kochstück

▶ Vorteig

▶ 200 g Vollmilch (kalt)

▶ 450 g Dinkelmehl Vollkorn

Spätere Zugabe

▶ 90 g Butter (weich, in kleinen Stückchen)

▶ 60 g Dattelsüße (alternativ Rohrohrzucker)

▶ 12 g Salz

▶ 6 g Frischhefe

Topping

▶ 50 g Vollmilch

*Ergibt 2 Stück à zirka 500 g

Tipp

Für eine vegane Variante der Zöpfe kann man einfach statt Butter eine pflanzliche Alternative verwenden und die Milch durch Mandel- oder Sojadrink ersetzen.

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆☆

Getreide: Dinkel

Triebmittel: Hefe

Teigkonsistenz: mittelfest

Zeit gesamt: 27,5-29 Stunden

Zeit am Backtag: 4 Stunden

Backzeit: 20-30 Minuten

Starttemperatur: 180°C

Backtemperatur: 180°C

Schwaden: nein

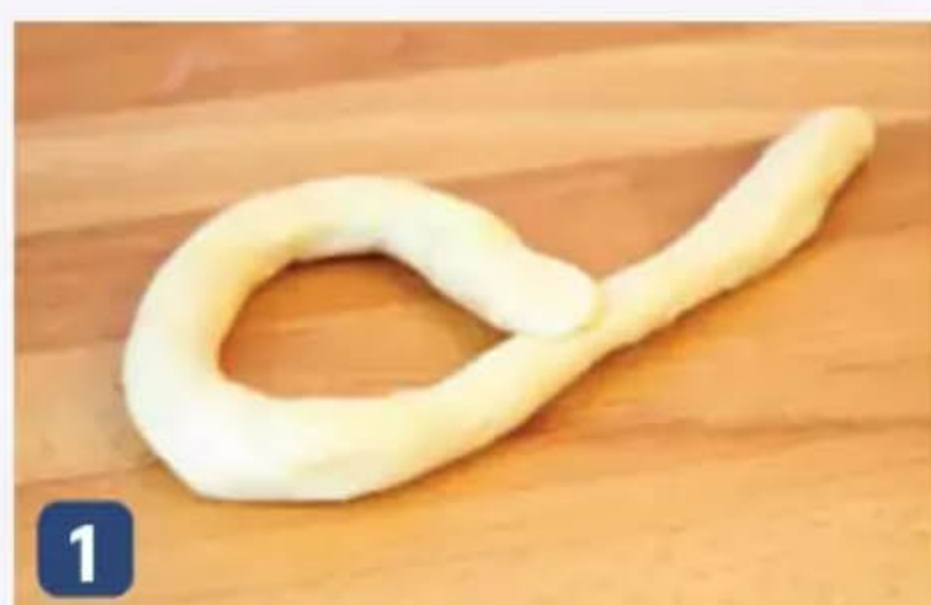
Rezept & Bild: Marta Ullmann

Instagram @martaullmann

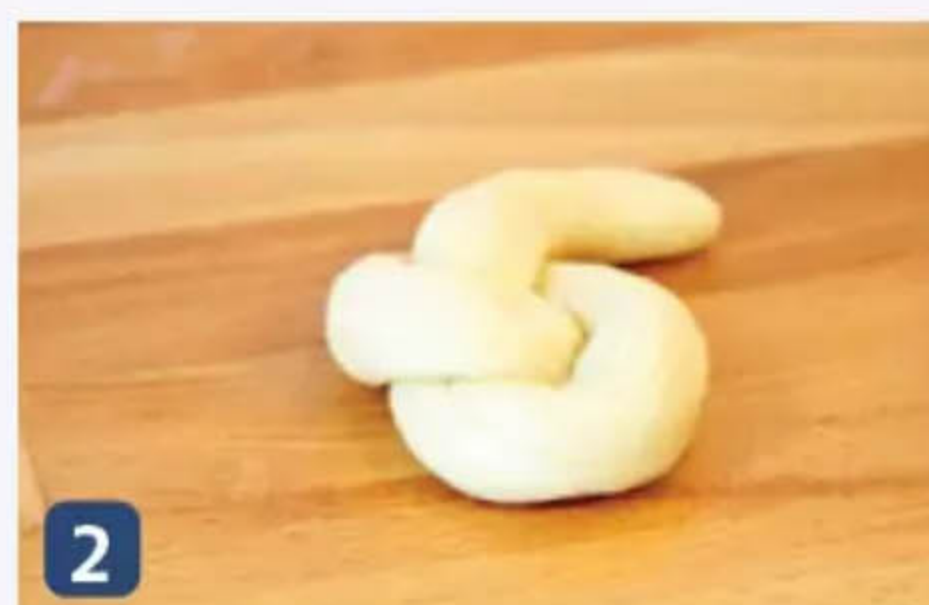
Facebook /martaullmann

Website martaullmann.com

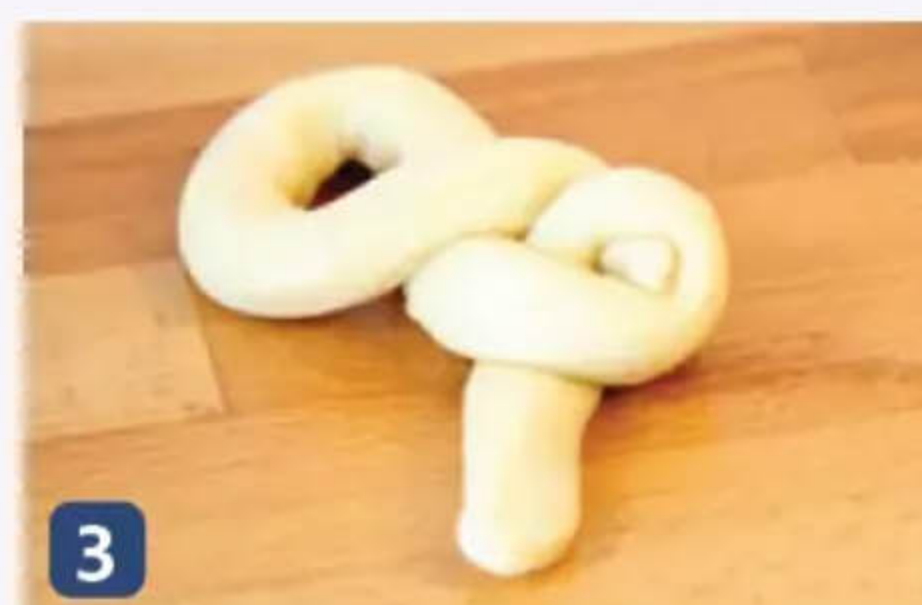
EINSTRANG-ZOPE FLECHTEN



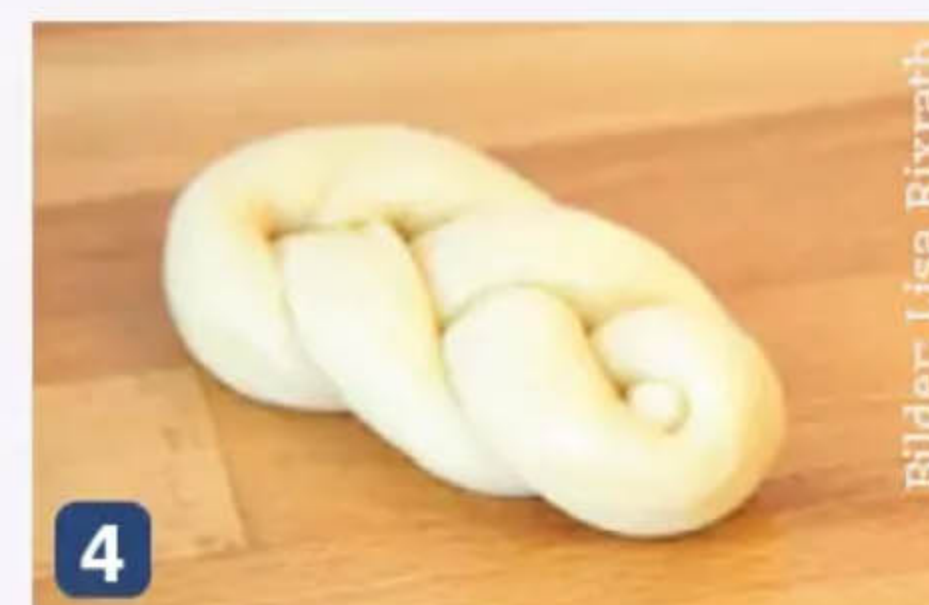
1 Aus zwei Dritteln des Strangs eine Schlaufe bilden, sodass eine 6 entsteht



2 Das letzte Drittel des Strangs von oben durch die Schlaufe führen und auf der anderen Seite ablegen



3 Die Schlaufe so drehen, dass der oben liegende Teil parallel zu dem liegt, der durch die Schlaufe gezogen wurde



4 Das zweite Strang-Ende von oben durch die neu entstandene Schlaufe führen und beide Strang-Enden andrücken

Bilder: Lisa Rixrath

Sauerteig

- ▶ 75 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 75 g Dinkelmehl Vollkorn
- ▶ 10 g Anstellgut (alternativ 0,5 g Frischhefe)

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

Quellstück

- ▶ 150 g Wasser (kalt)
- ▶ 5 g Flohsamenschalen (gemahlen)

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt 12-14 Stunden im Kühlschrank quellen lassen.

Karamell-Walnüsse

- ▶ 100 g Walnüsse (grob gehackt)
- ▶ 60 g Wasser
- ▶ 50 g Zucker

Die Zutaten in einer Pfanne unter Rühren aufkochen und so lange köcheln lassen, bis das Wasser verkocht ist. Die Walnüsse auf eine Dauerbackmatte (alternativ Backpapier) legen und 30 Minuten bei Raumtemperatur abkühlen lassen.

Autolyseteig

- ▶ Quellstück
- ▶ 230 g Wasser (kalt)
- ▶ 225 g Dinkelmehl Vollkorn
- ▶ 150 g Dinkelmehl 630
- ▶ 50 g Roggenmehl Vollkorn

Die Zutaten gründlich mischen und 30 Minuten zugedeckt bei Raumtemperatur ruhen lassen.

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Autolyseteig
- Spätere Zugabe**
- ▶ 100 g Gorgonzola (gewürfelt)
- ▶ Karamell-Walnüsse
- ▶ 11 g Salz

Topping (Glanzstreiche)

- ▶ 1 Birne (in Scheiben)



Rezept & Bilder:
Dieter Stegmaier

@brotschmiede_dieterstegmaier

/brotschmiede_dieterstegmaier

Fladenbrot „Gourmet“

Gorgonzola, Birnen und karamellisierte Walnüsse geben dem Fladenbrot einen wunderbaren, leicht exotischen Geschmack. Zusätzlich verleihen Sauerteig, Dinkelmehl und ein Hauch von Roggenmehl dem Gebäck einen rustikalen Charakter. Damit wird es zur idealen Grundlage für deftige Beläge wie Landschinken oder Räucherforelle.

- Sauerteig und Autolyseteig 8 Minuten auf langsamer Stufe mischen.
- Das Salz hinzugeben und 4 Minuten auf langsamer Stufe unterkneten.
- Gorgonzola und Karamell-Walnüsse hinzugeben, den Teig nochmals 2 Minuten auf langsamer Stufe kneten und dann zugedeckt bei Raumtemperatur 3 Stunden reifen lassen, anschließend für 20-24 Stunden in den Kühlschrank stellen.
- Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und 30 Minuten akklimatisieren lassen.
- Den Teig auf eine Dauerbackmatte (alternativ Backpapier) geben und mit nassen Händen zu einem etwa 2 cm dicken Fladen ausziehen.
- Die Birnenscheiben auf dem Teigling verteilen und gut andrücken, dann 30-45 Minuten zugedeckt bei Raumtemperatur gehen lassen.
- Rechtzeitig den Backofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Das Fladenbrot unter Schwaden in den Ofen geben und 10 Minuten backen. Den Schwaden ablassen, die Temperatur auf 210°C reduzieren und weitere 15 Minuten backen. ■

Schwierigkeitsgrad: ★★★
Getreide: Dinkel, Roggen
Triebmittel: Sauerteig
Teigkonsistenz: weich
Zeit gesamt: 38-44 Stunden
Zeit am Backtag: 1,5 Stunden
Backzeit: 25 Minuten
Starttemperatur: 250°C
Backtemperatur: 210°C nach 10 Minuten
Schwaden: beim Einschießen, nach 10 Minuten ablassen



Zeitraster

18.00 Uhr
Sauerteig und Quellstück ansetzen

Nächster Tag 8.00 Uhr
Autolyseteig ansetzen
Karamell-Walnüsse zubereiten

8.30 Uhr
Hauptteig ansetzen

12.00 Uhr
Teig in den Kühlschrank stellen

Übernächster Tag 9.00 Uhr
Teig aus dem Kühlschrank nehmen

9.30 Uhr
Brot formen und belegen

9.45 Uhr
Backofen vorheizen

10.15 Uhr
Backen

10.40 Uhr
Fladenbrot fertig

Dunkler Sesamtraum

Schwarze Sesamsaat ist nicht nur reicher an Inhaltsstoffen als ihr helles Pendant, sie bringt auch noch zusätzlich eine tolle Farbe ins Brot – vom leckeren Geschmack ganz zu schweigen. Untermalt wird das kräftige Aroma von der nussigen Milde der verwendeten Vollkornmehle. Sauerteig bringt außerdem eine feine Säure ins Spiel. So avanciert das optisch rustikale Gebäck schon pur zu einem echten Leckerbissen.



Rezept & Bilder: David Ruppert
@gamer.backt



☉ Alle Zutaten auf langsamer Stufe 5 Minuten mischen, dann auf schnellerer Stufe 10 Minuten kneten. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten gehen lassen, dabei nach 45 und 90 Minuten jeweils einmal dehnen und falten.

☉ Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und langwirken, die glatte Seite etwas befeuchten und in Sesam wälzen. Den Teigling mit Schluss nach oben in ein bemehltes Gärkörbchen geben und zugedeckt bei Raumtemperatur 60 Minuten gehen lassen.

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

☉ Den Teigling sanft aus dem Gärkorb stürzen, einschneiden, mit Schwaden in den Ofen geben und 15 Minuten backen. Die Temperatur auf 210°C reduzieren und weitere 25-30 Minuten backen. ■

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆☆
Getreide: Weizen, Dinkel, Roggen
Triebmittel: Sauerteig, Hefe
Teigkonsistenz: weich, bindig
Zeit gesamt: 14,5-16,5 Stunden
Zeit am Backtag: 4 Stunden
Backzeit: 40-45 Minuten
Starttemperatur: 250°C
Backtemperatur: 210°C
nach 15 Minuten
Schwaden: beim Einschießen

Sauerteig

- ▶ 70 g Wasser (kalt)
- ▶ 70 g Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 10 g Anstellgut

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

Vorteig (Poolish)

- ▶ 70 g Wasser (kalt)
- ▶ 70 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 0,5 g Frischhefe

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

Brühstück

- ▶ 110 g Wasser (kochend)
- ▶ 100 g Kürbiskerne
- ▶ 20 g Sesamsaat (schwarz, alternativ Sesamsaat hell)

Die Saaten mit dem kochendem Wasser übergießen und zugedeckt bei Raumtemperatur 10-12 Stunden quellen lassen. Die Saaten vor der Weiterverarbeitung absieben, das Wasser für die Verwendung im Hauptteig auffangen.

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Vorteig
- ▶ Brühstück
- ▶ 330 g Wasser (kalt, inklusive Brühstückwasser)
- ▶ 300 g Weizenmehl 550
- ▶ 140 g Weizen-Ruchmehl (alternativ Weizenmehl 1050)
- ▶ 100 g Dinkelmehl Vollkorn
- ▶ 15 g Salz

Topping

- ▶ 30 g Sesamsaat (schwarz, alternativ Sesamsaat hell)



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

Vorteig

- ▶ 150 g Wasser (warm)
- ▶ 100 g Weizenmehl 1050
- ▶ 50 g Roggenmehl 1150
- ▶ 3 g Frischhefe

Alle Zutaten gründlich mischen und zugedeckt für 12-14 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Quellstück

- ▶ 150 g Wasser (kalt)
- ▶ 40 g Roggenschrot (mittel)
- ▶ 40 g Sesamsaat
- ▶ 40 g Sonnenblumenkerne
- ▶ 40 g BROTRGranulat Dinkel (alternativ Dinkel-Kleie)
- ▶ 20 g Leinsaat

Die Zutaten mischen und zugedeckt 12-14 Stunden im Kühlschrank quellen lassen.

Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ Quellstück
- ▶ 225 g Wasser (kalt)
- ▶ 250 g Weizenmehl 1050
- ▶ 150 g Dinkelmehl 630
- ▶ 100 g Roggenmehl 1150
- ▶ 13 g Salz
- ▶ 2 g Fenchelsaat
- ▶ 2 g Kümmelsaat
- ▶ 2 g Koriander (gemahlen)
- ▶ 2 g Koriander ganz (leicht zerstoßen)
- ▶ 1 g Kardamom (gemahlen)

Topping

- ▶ 20 g Sonnenblumenkerne
- ▶ 20 g Leinsaat

Tipp

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



Zeitraster

20.00 Uhr
Vorteig und
Quellstück ansetzen

Nächster Tag
8.00 Uhr
Hauptteig ansetzen

12.10 Uhr
Brot formen

12.40 Uhr
Backofen vorheizen

13.10 Uhr
Backen

14.05 Uhr
Brot fertig



Rezept & Bilder:
Karl Oppenkamp

Wie wäre es mal mit einer Mischbrot-Variante aus Weizen, Roggen und Dinkel, das mit extrem würzigem Aroma überzeugt? Wer es besonders intensiv mag, kann die Zugabe der verschiedenen Gewürze nach Belieben und Geschmack verändern. Das Brot schmeckt markant und hält sehr lange frisch. Es passt besonders gut zu allen deftigen Belägen.

● Alle Zutaten auf langsamer Stufe 6 Minuten mischen, dann auf schnellerer Stufe 5 Minuten kneten. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur 4 Stunden gehen lassen, dabei alle 45 Minuten jeweils einmal dehnen und falten.

● Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und rundwirken. Die glatte Seite des Teiglings anfeuchten und im Topping wälzen, dann mit dem Schluss nach unten in ein Gärkörbchen geben und bei Raumtemperatur 60 Minuten zur Gare stellen.

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

● Den Teigling sanft aus dem Gärkorb stürzen, in den gusseisernen Topf geben und mit geschlossenem Deckel 10 Minuten backen. Die Temperatur auf 200°C reduzieren und weitere 35 Minuten backen. Den Ofen ausschalten und das Brot ohne Deckel weitere 10 Minuten im heißen Backofen lassen. ■

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad: ★★★
Getreide: Weizen, Roggen, Dinkel
Triebmittel: Hefe
Teigkonsistenz: fest
Zeit gesamt: 18,5-20,5 Stunden
Zeit am Backtag: 6-6,5 Stunden
Backzeit: 55 Minuten
Starttemperatur: 220°C
Backtemperatur: 200°C
nach 10 Minuten, Ofen ausstellen nach 45 Minuten
Schwaden: nein

Käse-Mürbeteig-Ecken

Fingerfood eignet sich bestens als kleine Mahlzeit für unterwegs, würzige Beilage zu Salaten oder Begleiter zu Grillfleisch. Die knusprig-saftigen Gebäcke verwöhnen mit einer kräftigen Käsefüllung schon pur beim Reinbeißen den Gaumen. Der Mürbeteig ist zwar schnell mit wenig Zutaten fertig, lässt sich aber, je nach Planung, auch wunderbar einige Tage früher vorbereiten.

- Den Ofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Alle Zutaten auf langsamer Stufe 3 Minuten mischen, dann mit nassen Händen zu einer Kugel formen.
- Die Teigkugel auf einer mit Roggenmehl bestreuten Arbeitsfläche zu einer runden Platte von etwa 1 cm Dicke ausrollen.
- Die Teigplatte mit geriebenem Käse bestreuen, mehrfach zusammenfalten und erneut zu einer Kugel formen.
- Den Teig noch einmal rund ausrollen, bis er eine Dicke von etwa 1 cm hat, dann wie eine Torte in 8 gleich große, dreieckige Stücke schneiden.
- Die Teigstücke mit Käse bestreuen und auf ein mit einer Dauerbackfolie (alternativ Backpapier) ausgelegtes Backblech setzen.

Tipp

Der zur Kugel geformte Teig hält sich luftdicht verpackt im Kühlschrank mindestens eine Woche. Alternativ zum Streukäse kann der Teig mit Röstzwiebeln oder Saaten bestreut werden.

- Die Teiglinge in den Ofen geben und 15-20 Minuten backen.■

Teig-Zutaten*

- ▶ 50 g Sahne (30% Fett)
- ▶ 200 g Dinkelmehl Vollkorn
- ▶ 100 g Butter
- ▶ 5 g Salz
- ▶ 1 Ei (Größe M)

Füllung

- ▶ 50 g Streukäse (herzhaft, gerieben)

Topping

- ▶ 50 g Streukäse (herzhaft, gerieben)

*Ergibt 8 Stück

**Für Einsteiger
geeignet**

Schwierigkeitsgrad:	☆☆☆
Getreide:	Dinkel
Triebmittel:	ohne
Teigkonsistenz:	fest
Zeit gesamt:	1 Stunde
Zeit am Backtag:	1 Stunde
Backzeit:	15-20 Minuten
Starttemperatur:	180°C
Backtemperatur:	180°C
Schwaden:	nein





Wie der **Brotprüfer** Michael Isensee Brote beurteilt

Text: Edda Klepp
Bilder: Bäcker-Innung
Berlin, Edda Klepp

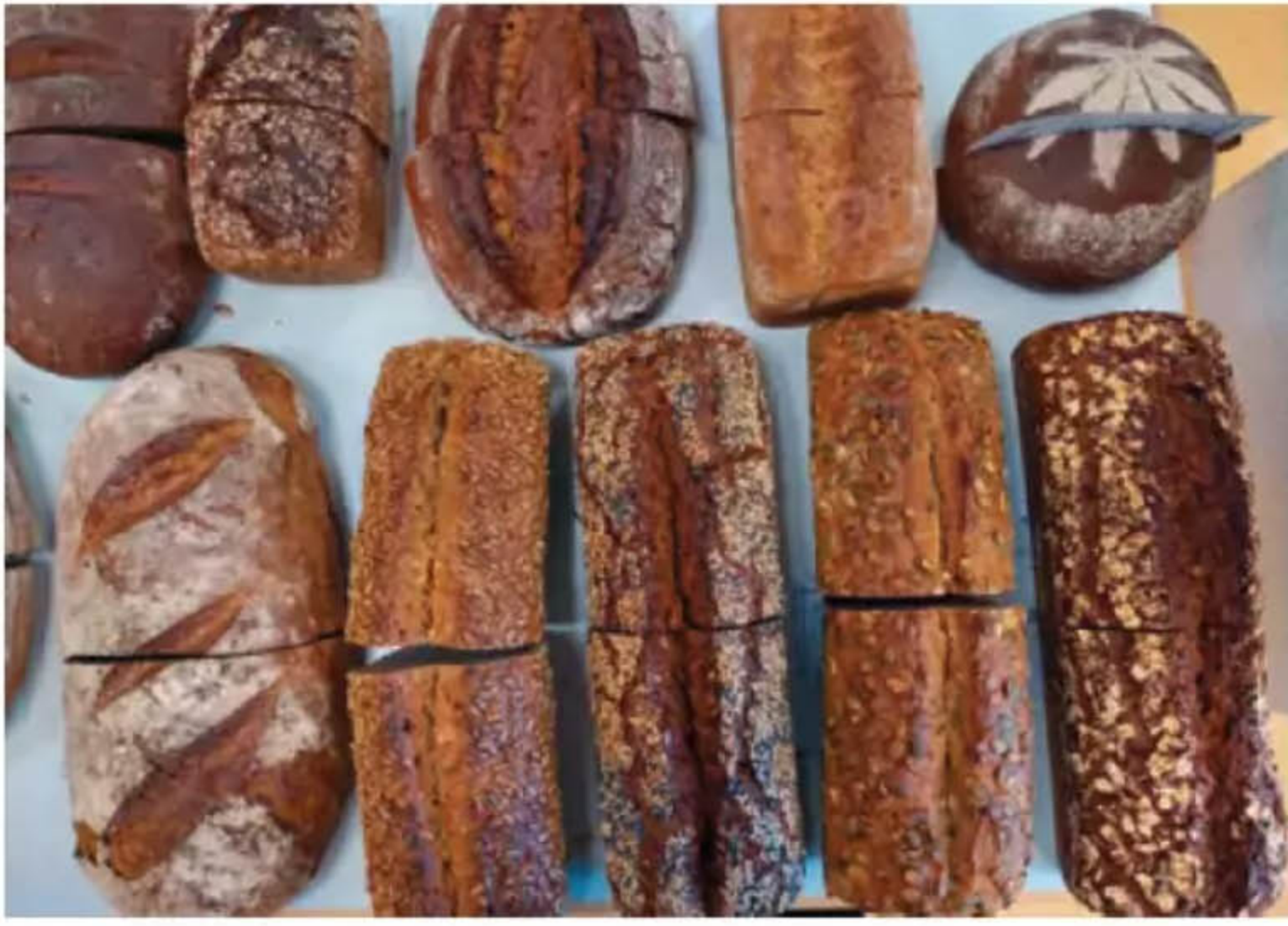
Die Qualität von Brot

Als Brotprüfer des Deutschen Brotinstituts ist Michael Isensee beinahe täglich unterwegs, um die Eigenschaften von Broten zu untersuchen. Gegen einen Obolus bekommen Bäckereien bei guter Beurteilung eine Urkunde ausgehändigt, mit der sie werben können. Doch auch Brotfehler werden klar benannt und Tipps zur Optimierung gegeben. Ziel der Prüfungen ist es, die Qualität des Handwerks stetig zu verbessern. Wer dem Prüfer über die Schulter schaut, kann noch einiges über Brot lernen.

Dass der Brotprüfer Michael Isensee privat kaum noch Brot isst, erstaunt nur auf den ersten Blick. Tagein, tagaus fährt er durch Deutschland und testet Brot. Manchmal verkostet er bis zu 50 verschiedene Laibe an nur einem Tag. Die Gebäcke werden von Isensee in Augenschein genommen, gerochen, betastet und probiert. Erfüllen sie die festgelegten Qualitätskriterien des Deutschen Brotinstituts, erhalten Bäckereien eine entsprechende Urkunde. Falls nicht, wird das Urteil gut begründet und mit Verbesserungstipps ergänzt.

Brötchen-Fan

Obwohl der Prüfer sein Leben seit Jahren auf diese Weise dem Brot widmet, kommt zu Hause meistens etwas anderes auf den Tisch. „Privat bin ich Brötchenfan“, sagt Isensee. „Ich mag das Frische, Knackige. Außerdem habe ich dann auf einen Schlag gleich eine größere Vielfalt auf dem Teller.“ Gleichwohl



Die Auswahl der eingereichten Brote ist vielfältig und liegt allein in der Hand der teilnehmenden Bäckereien



Die Krumeneigenschaften werden bei jedem Brot genau untersucht



Michael Isensee prüft mit allen Sinnen, zuerst wird das Äußere des Brotes in Augenschein genommen



kann er sich immer aufs Neue für Brot begeistern, sei es ein besonderes Weizenmischbrot mit Jasminreis oder ein aromatischer Laib mit frischen Apfelstückchen. „Das gibt eine Geschmacksexplosion im Mund“, schwärmt der Fachmann von vergangenen Prüfungserlebnissen.

Montags sitzt er üblicherweise im Büro. Von Dienstag bis Freitag reist Isensee dann – als einer von drei Brotprüfern des Deutschen Brotinstituts im gesamten Bundesgebiet – zu Innungen in Nord- und Mitteldeutschland. Dort können Bäckereien gegen eine Gebühr Brote zur Prüfung einreichen. Lutz Cornet, Inhaber der Berliner Bäckerei Streubel & Cornet, ist einer von ihnen. Er nutzt die Gelegenheit, Michael Isensee bei einer dreitägigen Prüfung bei der Bäcker-Innung Berlin sein Standard-Brotssortiment vorzuführen.

„Ich habe acht Brote abgegeben, damit mir der Prüfer ein paar Verbesserungsvorschläge machen kann“, erzählt Cornet. Ein internes Qualitätsmanagement nach festen Kriterien gibt es in seinem Betrieb nicht. „Ich teste im Grunde immer, wenn ich das Brot esse, also jeden Tag“, scherzt der Bäcker. Dass der Blick von außen helfen kann, sich und die Produkte weiterzuentwickeln, davon ist Cornet überzeugt.

Alle fünf Sinne

Beim Verkosten ist der Brotprüfer mit allen Sinnen dabei: „Es geht ums Sehen, Fühlen, Riechen und Schmecken“, sagt er. „Bei Brötchen oder Baguettes kommt dann noch das Hören dazu. Da prüfen wir die Rösche, also ob die Kruste kracht. Das ist bei Broten nicht mehr sinnvoll, da sie bei der Prüfung in der Regel bereits ein oder zwei Tage alt sind.“

Um ein möglichst objektives, nachvollziehbares und auch mit anderen Backwaren vergleichbares Urteil abzugeben, läuft die Prü-

fung immer nach einem festen Schema ab. Geprüft werden beim Brot:

1. Form und Aussehen
2. Oberflächen- und Krusteneigenschaften
3. Lockerung und Krumenbild
4. Struktur und Elastizität, im Fachjargon auch Textur genannt
5. Geruch
6. Geschmack

Auch wenn Isensee weiß, was bei einer Brotprüfung unter Geschmack verstanden wird, sieht er hier immer wieder Erklärungsbedarf: „Ich spreche lieber von Aroma, denn der Begriff Geschmack ist missverständlich“, erklärt Michael Isensee. „Es geht nicht darum, was mir schmeckt, sondern was für ein Gebäck eher üblich ist“, sagt er. So könne eine Backware zum Beispiel im Vergleich zum Standard „zu kräftig“, „zu sauer“ oder „zu milde“ sein. Ob es dann seinem persönlichen Geschmack entspreche, spiele hingegen keine Rolle.

Beurteilungskriterien

Zur Brotprüfung in Berlin warten diesmal hundert verschiedene Brote darauf, von Isensee begutachtet zu werden. 19 Betriebe haben die Proben eingereicht und zu jedem Gebäck



Schon über das Tasten kann Michael Isensee eine Menge erkennen



68 der hundert in Berlin eingereichten Brote verleiht Michael Isensee das Qualitätssiegel „sehr gut“

einen kleinen Zettel mit Informationen abgeliefert. Darauf zu lesen ist, wie das Brot heißt, welche Mehle zu welchem Anteil verwendet wurden und ob weitere Zutaten, zum Beispiel Saaten oder Nüsse, im Laib enthalten sind. Aus diesen Informationen kann der Prüfer erste Erwartungen ableiten.

Ist beispielsweise Vollkornmehl verwendet worden, ist von einer eher kompakten Krume auszugehen. Reine Weizenbrote aus Auszugsmehl geraten in der Regel lockerer als Kastenbrote mit einem hohen Vollkornanteil. Roggenbrote werden häufig mit Sauerteig hergestellt, weswegen sie Säure enthalten. Die Liste gibt dem Prüfer also erste Hinweise darauf, welche Kriterien er bei seiner Beurteilung des Brotes anwenden muss.

Oberfläche und Kruste

Zunächst wirft er dafür einen Blick aufs Äußere des Laibs. Eines der eingereichten Kastenbrote, das er begutachtet, bekommt direkt einen Punktabzug. Es hat zu viel Mehl auf der Kruste, sodass man das karierte Muster des Gärkörbchens nur erahnen kann. Die Unterseite des Brotes ist außerdem verschmutzt. „Es sieht aus, als habe man es auf einem unsauberen Blech abgelegt“, sagt der Fachmann.



Das Fitness-Brot hält nicht, was es verspricht. Der Geschmack könnte besser sein

Und noch etwas fällt Isensees geschultem Blick auf: Die Form des Laibs ist unregelmäßig und fällt zu einer Seite ab. „Der Teigling wurde langgewirkt und dann in die Form gelegt. Dabei muss man darauf achten, dass die Form gleichmäßig ausgefüllt ist. Schließlich will die Kundschaft gerne gleich große Scheiben haben und kein Kastenbrot, das auf einer Seite flacher ist als auf der anderen“, erklärt er.

Alternativ können Kastenbrote auch aus einem sehr weichen Teig gebacken werden, den man gar nicht erst vorformt, sondern direkt in die Backform füllt. „Da ist die Porung dann in der Regel etwas lockerer, weil keine Luft mehr beim Wirken entweichen kann“, sagt Isensee. Damit auch hierbei ein gleichmäßiges Brot entsteht, wird die Oberfläche des Teiges nach dem Befüllen glatt gestrichen.

Auch die Kruste jedes Brotes wird genau in Augenschein genommen. Ist ein Brot eingeschnitten, dann aber im Ofen kaum noch aufgegangen, hatte es möglicherweise Übergare. Isensees Tipp: „Garzeit verkürzen, früher einschießen.“ Bei anderen Broten ist es hingegen gewollt, dass sie keine Risse zeigen, beim Paderborner Landbrot zum Beispiel. Dessen Oberfläche wird vor dem Backen gestippt, also mit kleinen Löchern versehen. Aufreißen sollen die aber nicht mehr. Entsprechend vollgarig muss der Teigling in den Ofen.

Krumeneigenschaften

Nach dem Blick aufs Äußere eines zu begutachtenden Brotes geht's ans Eingemachte



Eine offene Porung ist für weich geführte Teige aus Weizen-Auszugsmehl ein Qualitätskriterium


– genauer: an die Krume. Ist sie zu feucht, bilden sich mitunter klitschige Streifen am unteren Rand des Laibs. Meist bleibt dann auch der Teig beim Schneiden am Messer kleben. Saftig sollen Brote sein, damit sie lange frisch halten. Gerät die Krume zu feucht, ist das hingegen ein Grund für einen Punktabzug. In einem solchen Fall empfiehlt Isensee, die Flüssigkeitsmenge anzupassen.

Getestet wird die Saftigkeit unter anderem, indem er mit dem Finger in die Krume drückt. Ist sie zu feucht, bleibt meist eine Delle zurück. Um gleich auch die gesamte Beschaffenheit des Laibes zu prüfen, drückt Isensee ihn außerdem leicht zusammen und schaut, ob die Krume in ihre ursprüngliche Form zurückgeht, also elastisch und stabil zugleich ist.

Auf der anderen Seite kann die Krume auch zu trocken geraten, zum Beispiel wenn Nüsse dem Teig Feuchtigkeit entziehen. In diesem Fall wäre eine Vorverquellung zu empfehlen, zum Beispiel als Koch-, Quell- oder Brühstück.

DIE BROT-TEST-APP

Schnell und unkompliziert können alle von den Ergebnissen der Brotprüfungen profitieren und Backwaren mit dem Qualitätsurteil „gut“ oder „sehr gut“ in der Nähe finden. Über die Brot-Test-App des Deutschen Brotinstituts werden alle Innungsbetriebe in der Umgebung angezeigt, insbesondere solche, die bei den Brotprüfungen gut oder sehr gut abgeschnitten haben. Die Testergebnisse werden live aktualisiert. Darüber hinaus erfährt man, welche Backwaren an dem jeweiligen Standort insgesamt geprüft worden sind und erhält weiterführende Informationen.

 brotinstitut.de/brotpruefungen/die-brot-test-app



Bilden sich die Dellen in der Krume nicht zurück, ist der Laib zu feucht

Geruch und Aroma

Bleiben noch der Geruch und das Aroma. Erst ganz zum Schluss probiert Michael Isensee das zu prüfende Brot. Vorher lässt er dessen Duft auf sich wirken. Zeichnen sich feine Röst- oder Fermentationsaromen ab? Erkennt man besondere Zutaten und Gewürze? Oder riecht der Laib eher nach nassem Mulch? Oft zeigt sich hier schon, was gleich den Gaumen erwartet.

Bei einem Fitnessbrot mit Karotten und Sonnenblumenkernen lässt die Rezeptur eine Geschmacksexplosion erhoffen. In der Praxis wird es der Erwartung nicht gerecht. „Die Kerne wurden vorab nicht geröstet. Und weil das Brot zu viel Salz enthält, wird der Eigengeschmack der Zutaten fast vollständig verdeckt“, urteilt Isensee kritisch.

Auf seinem Formular empfiehlt er, den Salzgehalt zu reduzieren und zuvor geröstete Sonnenblumenkerne zu verwenden. „Sind die Kerne auf der Kruste, rösten sie beim Backprozess. Will ich die Aromen im Brot haben, muss ich einen Arbeitsschritt mehr einbauen und die Kerne durch Röstung vorbereiten. Manche Bäckereien scheuen den Aufwand, aber er lohnt sich“, erklärt der Prüfer.

Gute Ergebnisse

Am Ende der dreitägigen Prüfungsphase in Berlin überwiegen die positiven Bewertungen. 68 der hundert eingereichten Brote verleiht Michael Isensee das Qualitätssiegel „sehr gut“, immerhin 23 Brote erhalten die Note „gut“. Nur 9 Brot-Proben werden am Ende nicht prämiert. Der Brotprüfer sieht das sportlich: „Der ursprüngliche Sinn der Brotprüfungen bestand darin, die Qualität zu optimieren, also handwerkliche Tipps zu geben. Im nächsten Jahr können die verbesserten Brote dann wieder eingereicht werden“, erklärt er.

Auch Bäckermeister Lutz Cornet ist zufrieden. Fünf seiner Einreichungen erhalten die Bestnote, zwei eine gute Bewertung. Nur ein Brot genügt den Kriterien des Prüfers nicht. Da jeder Punktabzug auch begründet wird, betrachtet der Bäckermeister das Ergebnis als Gewinn. „Auf dem Zertifikat steht dann ja drauf, was noch verbessert werden kann“, sagt er zufrieden. „Jetzt weiß ich auch, was genau ich ändern muss.“ ■

Sauerteig

- ▶ 80 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 110 g Roggenmehl 997 (alternativ Roggenmehl 1150)
- ▶ 10 g Anstellgut

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



Vorteig

- ▶ 105 g Quark (Rahmstufe, Raumtemperatur)
- ▶ 95 g Weizenmehl 550
- ▶ 1 g Frischhefe

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten anspringen lassen, dann bis zur weiteren Verwendung für 2-12 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Vorteig
- ▶ Süßkartoffelpüree
- ▶ 50 g Quark (Rahmstufe, Raumtemperatur)
- ▶ 290 g Weizenmehl 550
- ▶ 100 g Süßkartoffel (roh, geschält, grob geraspelt)
- ▶ 15 g Salz
- ▶ 5 g Frischhefe



Süßkartoffelbrot

Die Süßkartoffel hat vieles, was einem Brot gut tut: einen charakteristischen Geschmack, Ballaststoffe, Vitamine und Proteine. Der in der Knolle enthaltene Zucker karamellisiert beim Backen an der Oberfläche, wodurch ein saftiges, aber zugleich knuspriges Brot entsteht. Es schmeckt zu allen süßen und pikanten Aufstrichen sowie Belägen und macht auch optisch etwas her. Die orange-farbene Krume ist wattig-weich und einfach nur lecker.

● Alle Zutaten auf langsamer Stufe 8 Minuten mischen, dann auf schnellerer Stufe 8 Minuten kneten. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur 30 Minuten ruhen lassen, dabei nach 15 Minuten einmal dehnen und falten.

● Den Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben, rundwirken und mit Schluss nach unten in einem bemehlten Gärkörbchen zugedeckt bei Raumtemperatur 45-60 Minuten gehen lassen.

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



Zeitraster

19.00 Uhr
Sauerteig
ansetzen

19.15 Uhr
Vorteig
ansetzen

19.30 Uhr
Süßkartoffelpüree
zubereiten

Nächster Tag
9.00 Uhr
Hauptteig
ansetzen

10.00 Uhr
Brot formen

10.35 Uhr
Backofen
vorheizen

11.05 Uhr
Backen

12.05 Uhr
Brot fertig



SÜßKARTOFFELPÜREE

Zutaten

- ▶ 1 Süßkartoffel (etwa 450 g)
- ▶ 9 g Zitronensaft

Die Süßkartoffel mit Schale auf ein Backblech mit Dauerbackfolie (alternativ Backpapier) legen und bei 180°C Umluft 45-75 Minuten backen, bis sie gar ist. Dabei die Knolle ab und zu wenden. Leicht abkühlen lassen, schälen und in grobe Stücke schneiden. Zusammen mit dem Zitronensaft fein pürieren und bis zur weiteren Verwendung für 2-12 Stunden zugedeckt in den Kühlschrank geben.



Tipp
1 g Frischhefe
entspricht in etwa
der Größe einer
Kichererbse.

Den Teigling sanft aus dem Gärkorbchen stürzen, unter Schwaden in den Ofen geben und 15 Minuten backen. Die Temperatur auf 200°C reduzieren und weitere 45 Minuten backen. ■

Rezept & Bild: Matthias Loidl

@brothandwerker

/matthias.loidl

brothandwerker.de

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆☆

Getreide: Roggen, Weizen

Triebmittel: Hefe, Sauerteig

Teigkonsistenz: fest, bindig

Zeit gesamt: 15-17,5 Stunden

Zeit am Backtag: 3-4 Stunden

Backzeit: 60 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 200°C

nach 15 Minuten

Schwaden: beim Einschießen

Dattel-Curry-Aufstrich

Ganz einfach zu machen und unglaublich lecker ist der Aufstrich mit Datteln und Curry. Das gelbe Pulver verleiht ihm Würze, die Datteln natürliche Süße. Als Basis dient cremiger Frischkäse, der mit Schmand nur noch intensiver schmeckt und den Gaumen regelrecht umschmeichelt. So begeistert der Aufstrich auf jedem Buffet, mundet morgens zum Frühstück oder auch als Dip zu Gemüse.

Alle Zutaten außer Salz und Pfeffer vermengen und fein pürieren.

Die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Im Kühlschrank ist der Aufstrich etwa 3 Tage haltbar. ■

Teig-Zutaten

- ▶ 100 g Frischkäse (natur)
- ▶ 100 g Schmand
- ▶ 60 g Datteln (entsteint, in Stücken)
- ▶ 5 g Agavendicksaft
- ▶ 3 g Zitronensaft
- ▶ 1 g Currypulver
- ▶ Salz
- ▶ Pfeffer

*Ergibt 1 Glas à 250 ml

Rezept & Bild: Valesa Schell

@brotbackliebeundmehr

/groups/brotbackliebeundmehr



Vorteig (Poolish)

- ▶ 200 g Wasser (eiskalt)
- ▶ 200 g Weizenmehl T65 (alternativ Weizenmehl 550)
- ▶ 1 g Frischhefe

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt 8-12 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

Quellstück

- ▶ 290 g Wasser (kalt)
- ▶ 115 g Tomate (getrocknet, in Streifen)

Die Tomaten mit dem Wasser übergießen und zugedeckt 4-12 Stunden im Kühlschrank quellen lassen. Das Wasser vor der Weiterverarbeitung absieben und aufheben, um es als Schüttflüssigkeit in den Hauptteig zu geben.

Hauptteig*

- ▶ Vorteig
- ▶ abgeseiebtes Tomatenwasser
- ▶ 400 g Weizenmehl T65 (alternativ Weizenmehl 550)
- ▶ 6 g Frischhefe
- ▶ 2 g Salz
- ▶ Spätere Zugabe
- ▶ Quellstück

*Ergibt 4 Stück

Klein, aber oho. Ob auf dem Grillbuffet, der Picknick-Decke oder auf dem Essenstisch. Die Mini-Laibe laden schon optisch zum Knuspern ein. Getrocknete Tomaten geben der Krume so viel herzhaftes Aroma, dass man auf Salz beinahe verzichten kann. Bereits mit etwas Frischkäse oder Butter sind die Scheiben ein Hochgenuss.

☉ Alle Zutaten – außer das Quellstück – 10 Minuten auf langsamer Stufe mischen.

☉ Die Tomatenstreifen hinzugeben und weitere 5 Minuten auf schnellerer Stufe kneten. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur etwa 120 Minuten gehen lassen.

☉ Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, in vier etwa gleich große Stücke à zirka 300 g teilen, jedes davon schonend zu einem Viereck ausziehen (Bild 1). Zwei gegenüberliegende Ecken nehmen und in der Mitte übereinander schlagen (Bild 2). Die beiden verbleibenden Ecken nehmen und auch sie in der Mitte übereinander schlagen (Bild 3 und 4). Die Teiglinge auf eine Dauerbackmatte (alternativ Backpapier) geben. Zugedeckt bei Raumtemperatur 30-60 Minuten gehen lassen.


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

☉ Die Teiglinge mit Schwaden in den Ofen geben, die Temperatur auf 230°C reduzieren und 30 Minuten backen. ■



To-Bro

Rezept: Sebastian Marquardt
Bild: Jan Schnare

 @brotmagazin

 /brotmagazin

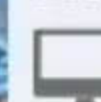
 brot-magazin.de

Für Einsteiger
geeignet

Schwierigkeitsgrad:	☆☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	weich, bindig
Zeit gesamt:	12-16 Stunden
Zeit am Backtag:	4 Stunden
Backzeit:	30 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	230°C sofort
Schwaden:	beim Einschießen

LESETIPP

Noch mehr Rezepte für frisch gebackene Brote, Wraps, Sandwiches und schmackhafte Aufstriche sowie für selbst gemachte Beilagen, knackiges Obst, Gemüse, Wurst, Käse und Co. findest Du im neuen **BROT**Sonderheft **PicknickBROT**. Bestell Dein Exemplar in der **BROT**-App für iOS und Android oder hier:

 brot-magazin.de/einkaufen



Zeitraster

22.00 Uhr
Vorteig und
Quellstück ansetzen

Nächster Tag
10.00 Uhr
Hauptteig ansetzen

12.30 Uhr
Brote formen

12.45 Uhr
Ofen vorheizen

13.15 Uhr
Backen

13.45 Uhr
Brote fertig



Saffronmütz



Zeitraster

12.00
Hauptteig ansetzen

16.30 Uhr
Ofen vorheizen

17.00 Uhr
Backen

17.55 Uhr
Brot fertig



Mehl, Wasser, Salz – es ist erstaunlich, welche Vielfalt sich aus drei Zutaten zaubern lässt. Hier kommt ein Roggenmischbrot aus der Kastenform, das aufgrund seines milden Aromas alle Familienmitglieder glücklich macht. Obendrein gibt seine Saftigkeit ein angenehmes Kaugefühl und lange Haltbarkeit. Getrieben wird der Teig mit relativ viel Anstellgut aus dem Kühlschrank. So lassen sich Reste der Sauerteig-Auffrischung wunderbar verarbeiten.

Teig-Zutaten

- ▶ 600 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 420 g Roggenmehl 1370 (alternativ Roggenmehl 1150)
- ▶ 280 g Weizenmehl 1050
- ▶ 100 g Anstellgut (aus dem Kühlschrank)
- ▶ 14 g Salz

☉ Alle Zutaten 15 Minuten auf langsamer Stufe mischen, in eine gefettete Kastenform (zirka 30 cm) geben und zugedeckt bei Raumtemperatur etwa 4-6 Stunden gehen lassen, bis der Teig die Form fast komplett ausgefüllt und erste Löcher auf der Oberfläche sichtbar sind.

☉ Rechtzeitig den Ofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

☉ Die Form in den Ofen geben, die Temperatur auf 180°C senken und 55 Minuten backen. ■

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Roggen, Weizen
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	breiig
Zeit gesamt:	5,5-7,5 Stunden
Zeit am Backtag:	5,5-7,5 Stunden
Backzeit:	55 Minuten
Starttemperatur:	200°C
Backtemperatur:	180°C sofort
Schwaden:	optional

Rezept: Sebastian Marquardt
Bild: Jan Schnare

 @brotmagazin
 /brotmagazin
 brot-magazin.de

Es gibt so unwiderstehliche Morgen-Düfte, die einen guten Start in den Tag versprechen. Für manche Menschen ist es Kaffee, für andere das Odeur frischer Brötchen. Fast ohne Aufwand lässt sich der Teig herstellen. Innerhalb kürzester Zeit stehen kleine aromatische Gebäcke auf dem Tisch.

Teig-Zutaten*

- ▶ 400 g Wasser (warm)
- ▶ 300 g Weizenmehl 1050
- ▶ 300 g Weizenmehl 550
- ▶ 100 g Walnuss-Bruch
- ▶ 12g Salz
- ▶ 10 g Frischhefe
- ▶ 6 g Zucker

*Ergibt 9 Stück

☉ Alle Zutaten gründlich mischen, bis keine Mehlnester mehr vorhanden sind, und zugedeckt für 10-16 Stunden in den Kühlschrank stellen.

☉ Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche vorsichtig zu einem Viereck ausziehen (etwa 30 x 30 cm).

☉ Den Teig mit einer Teigkarte oder einem Messer in 9 etwa gleichgroße Stücke à zirka 120 g teilen. Die Teiglinge auf eine Dauerbackfolie (alternativ Backpapier) geben und zugedeckt 30 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.

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


☉ Die Teiglinge mit Schwaden in den Ofen geben und 25 Minuten backen. ■

*Für Einsteiger
geeignet*

Schwierigkeitsgrad:	☆☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	fest
Zeit gesamt:	11-17 Stunden
Zeit am Backtag:	1 Stunde
Backzeit:	25 Minuten
Starttemperatur:	230°C
Backtemperatur:	230°C
Schwaden:	beim Einschießen

LESETIPP


Kennst Du das **BROT**Sonderheft **Einfach Brötchen**? 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. Bestell Dein Exemplar in der **BROT**-App für iOS und Android oder hier:


 brot-magazin.de/einkaufen



Simple Nuss

Rezept: Sebastian Marquardt
Bild: Jan Schnare

 @brotmagazin

 /brotmagazin

 brot-magazin.de



Zeitraster

20.00 Uhr
Hauptteig ansetzen

Nächster Tag
8.00 Uhr
Brötchen abstechen

8.05 Uhr
Ofen vorheizen

8.35 Uhr
Backen

9.00 Uhr
Brötchen fertig



Kichnemiki

Kichererbsenmehl ist eher ein Zutat in der orientalischen Küche oder glutenfreien Bäckerei. Aber auch in einem klassischen Laib macht die vermahlene Erbse eine gute Figur. Sie bringt Biss in die Krume und gibt dem Brot eine mild-aromatische Note der besonderen Art. Genießen lässt es sich besonders gut mit Käse oder als Snack mit – natürlich – Hummus.

☉ Alle Zutaten auf langsamer Stufe 10 Minuten mischen, dann auf schnellerer Stufe 10 Minuten kneten. Den Teig zugedeckt 120 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.

☉ Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, rundwirken und mit Schluss nach unten in einem bemehlten Gärkorbchen 60 Minuten bei Raumtemperatur zur Gare stellen.

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

☉ Den Teigling sanft aus dem Gärkorb stürzen, mit Schwaden in den Ofen geben, die Temperatur auf 230°C senken und 45 Minuten backen. ■

Sauerteig

- ▶ 200 g Wasser (warm)
- ▶ 200 g Roggenmehl 1150
- ▶ 20 g Anstellgut

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

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 250 g Wasser (kalt)
- ▶ 350 g Weizenmehl 550
- ▶ 100 g Kichererbsenmehl
- ▶ 13 g Salz

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen, Roggen
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	fest
Zeit gesamt:	12,5-18,5 Stunden
Zeit am Backtag:	4,5 Stunden
Backzeit:	45 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	230°C sofort
Schwaden:	beim Einschießen

Rezept: Sebastian Marquardt
Bild: Jan Schnare

 @brotmagazin
 /brotmagazin
 brot-magazin.de



Zeitraster

22.00 Uhr
Sauerteig ansetzen

Nächster Tag
12.00 Uhr
Hauptteig ansetzen

14.30 Uhr
Brot formen

15.05 Uhr
Ofen vorheizen

15.35 Uhr
Backen

16.20 Uhr
Brot fertig

Einkorn gilt als das älteste kultivierte Getreide. Der Urahne von Emmer, Dinkel und Weizen liefert auf dem Feld nur geringen Ertrag. Das macht es für die Landwirtschaft nicht sehr attraktiv. Der Gaumen aber freut sich über das besondere Aroma, der Körper über die wertvollen Mineralstoffe. Begleitet wird das Korn hier von seinem nächsten Verwandten, dem Emmer.

Sauerteig

- ▶ 250 g Wasser (warm)
- ▶ 250 g Emmermehl Vollkorn
- ▶ 10 g Anstellgut

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt 12-16 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 310 g Wasser (kalt)
- ▶ 450 g Einkornmehl Vollkorn
- ▶ 14 g Salz

⦿ Alle Zutaten 15 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann in eine gefettete Kastenform (etwa 30 cm) geben und zugedeckt bei Raumtemperatur etwa 3 Stunden gehen lassen, bis der Teig die Form fast ausgefüllt.

⦿ Rechtzeitig den Ofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

⦿ Die Kastenform in den Ofen geben, die Temperatur auf 180°C reduzieren und etwa 60 Minuten backen. ■

**Für Einsteiger
geeignet**

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆☆

Getreide: Einkorn, Emmer

Triebmittel: Sauerteig

Teigkonsistenz: breiig

Zeit gesamt: 16,5-20,5 Stunden

Zeit am Backtag: 4,5 Stunden

Backzeit: 60 Minuten

Starttemperatur: 200°C

Backtemperatur: 180°C sofort

Schwaden: optional

Rezept: Sebastian Marquardt
Bild: Jan Schnare

Instagram @brotmagazin

Facebook /brotmagazin

Web browser icon brot-magazin.de

LESETIPP

Mehr als 40 kreative Ideen für Brote, Brötchen, Süßes und Herzhaftes aus Urgetreide finden sich im **BROTsonderheft Backen mit Urgetreide**. Bestell Dein Exemplar in der **BROT-App** für iOS und Android oder hier:

 brot-magazin.de/einkaufen



Einkornkasten



Zeitraster

22.00 Uhr
Sauerteig ansetzen

Nächster Tag
14.00 Uhr
Hauptteig ansetzen

17.00 Uhr
Ofen vorheizen

17.30 Uhr
Backen

18.30 Uhr
Brot fertig

Euer BROT

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



Ich bin total begeistert von dem Fränkischen Brotzeitzopf aus **BROT** 04/23. Er hat einen tollen Teig, ist super zu händeln und geschmacklich der Hammer. Wer Kümmel mag und auch eine leichte Süße im Brot, kommt hier voll auf seine Kosten.

Gabi Neumann

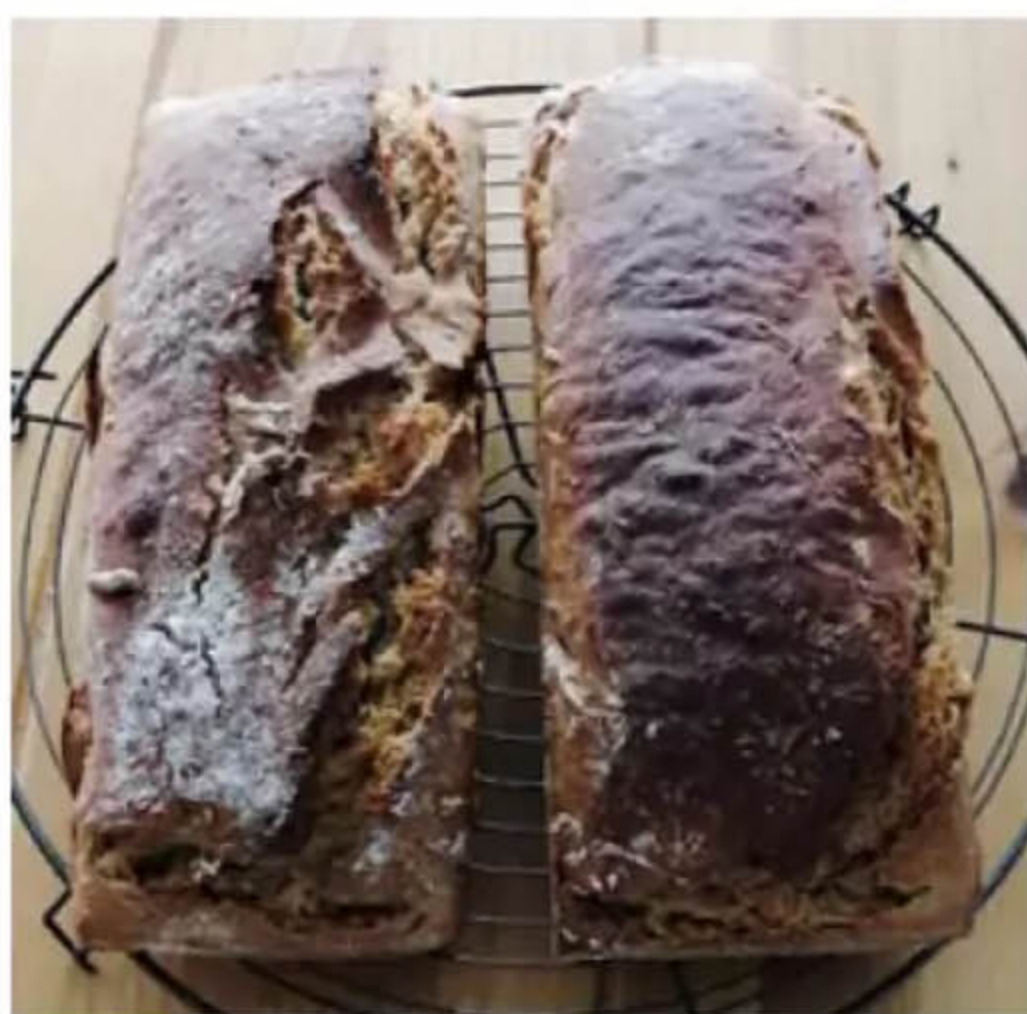


Als ich das Bärlauchknospen-Brot in **BROT** 03/23 gesehen habe, war ich als absoluter Bärlauch-Fan Feuer und Flamme. Auch wenn die Menge an Bärlauch-Knospen im ersten Moment „unerreichbar“ scheint, so hat man diese beim Sammeln doch schnell zusammen. Dieses Brot ist ein absoluter Genuss, schon bei der Teigzubereitung strömt ein angenehmer Duft durch die Küche. Als kleine Abwandlung habe ich es lediglich im Topf gebacken. Nach dem Backen konnten wir es kaum abwarten, das Brot anzuschneiden. Einfach nur mit Butter bestrichen, war das bereits ein Genuss.

Karin Rein

Ich habe die Vinschger Paarden aus dem **BROT**Sonderheft **Einfach Brötchen** nachgebacken. Zunächst als Kastenbrot, dann als kleine Brotlaibe. Um sie zu belegen und mit zur Arbeit zu nehmen, ist es so praktischer. Geschmacklich ist das Ergebnis fantastisch.

Christine Schwarz



Ich habe das Emmer-Hafer-Dinkelchen aus dem **BROT**Sonderheft **Backen im Topf** nachgebacken. Ich liebe dieses Heft, die Brote sind bisher immer etwas geworden und insbesondere dieses Dinkelchen ist sehr aromatisch.

Isabelle Trak



Ich bin ein bisschen stolz. Ein Jahr lang habe ich nichts gebacken, aber ich kann es doch noch. Ich habe die Baguettes aus dem **BROT**Sonderheft **Brot zum Grillen 2021** gebacken.

Ina Bispinghoff





Da wir an Wochenenden mit schönem Wetter in der Regel viel unterwegs sind, muss es in der Küche dann oft schnell gehen. Diesmal fiel die Wahl auf das Milde Haferbrot aus dem BROT Sonderheft Schnelles Brot. Ich habe es gleich in doppelter Menge gebacken.

Sven Schwarzat

Ich habe die Urige Sesam-liebe aus BROT 04/23 gebacken. Leider hatte ich keinen Urdinkel und musste den dunklen Sesam durch Sonnenblumenkerne ersetzen. Gebacken wurde das Brot im Petromax. Es wurde richtig saftig lecker. Das Rhabarber-Brot aus BROT 03/23 habe ich ehrlicherweise nur gebacken, weil ich Rhabarber übrig hatte. Aber hey, es schmeckt sehr lecker.

Sabine Seitz

Für unsere neun Monate alte Enkeltochter hab ich die Beikost-Brötchen aus BROT 04/23 gebacken, mit Lievito Madre, einem Brühstück aus Haferflocken, geriebenem Apfel, aber leider ohne Mandelmus – das habe ich übersehen. Am gleichen Nachmittag wurden sie bereits getestet und für gut befunden.

Elisabeth Reininger



Ich habe das Pandan-Bubblebread aus BROT 04/23 gebacken. Wie das duftet – ich habe lediglich den Zucker teilweise durch Vanillezucker ersetzt und noch etwas Vanilleextrakt hinzugegeben.

Sas Scholl

Ich habe den Brötchenteig für die Easy-Peasies aus BROT 02/21 angesetzt und war begeistert. Die Brötchen haben auf Anhieb geklappt. Einen Teil habe ich nur halb gebacken, der wurde eingefroren. Die andere Hälfte hat super geschmeckt. An der Optik möchte ich noch feilen.

Simone Teutschbein



Ich habe das Flinke Dinkelchen aus BROT 04/22 gebacken. Es musste schnell gehen und da kam mir das Rezept gerade recht. Wir freuten uns schon darauf, es zum Abendbrot zu essen. Es war sehr schmackhaft und durch das Brühstück überhaupt nicht trocken. Wir haben es genossen.

Tabea Strandgut

Mein Mann hat BROT 04/23 durchgeblättert und sich den Rustikalen Bauernlaib gewünscht. Ich dachte mir, das mache ich doch glatt. Es ist beim Einschieben in den Ofen ein bisschen breitgelaufen. Wir waren sehr gespannt, wie es wohl schmeckt.

Anett Klempau





Das Haferafafer aus BROT 04/23 hat mich sofort angesprochen und ich wollte es unbedingt dieses Wochenende backen. Alles okay, soweit so gut, als ich den Teig in die Form füllen wollte, habe ich meine Kastenform nicht gefunden, und da es schnell gehen musste, weil der Teig eh schon Übergare hatte, habe ich den Teig kurzerhand in meinen Dutch Oven gefüllt. Als ich das Resultat sah, habe ich das Brot spontan Gouda-Brot getauft, da es eher wie ein Käselaib aussah. Der Geschmack war einfach himmlisch. Das nächste Mal backe ich es aber in einer Originalform.

Roland Dötsch

Ich habe den Pandan-Toast und den rustikalen Bauernlaib aus BROT 04/23 sowie die Kümmelbrötchen – zur Hälfte mit Brez'n-Salz – aus dem BROTSonderheft Einfach Brötchen nachgebacken. Die Kümmelbrötchen dufteten wunderbar.

Iris Werner



Ich habe die Schnelle Buttermilchkruste aus dem BROTSonderheft Backen im Topf gebacken. Das ergibt immer wieder ein schnelles, saftiges Brot, das gut zu Suppen, zum Grillen, aber auch mit Aufschnitt passt.

Sonja Dikow



Ich habe die Gelaugten Burger Buns aus BROT 04/23 gebacken. Die zweite Ofenladung – vorn mit Einschnitten – hat von dem Formfehler im ersten Durchgang eindeutig profitiert. Mutig breitdrücken und nach dem Laugen einschneiden führt zur Burger-Bun-Form statt zur Kugel.

Stefan Heinemann



Wochenlang hatte ich berufsbedingt keine Zeit zum Backen, dann kam es zur Eskalation in der Küche: Ich habe Milo aus BROT 03/23 gebacken und es war fantastisch. Mein Sohn hat das Endstück noch heiß mit Knoblauchbutter genossen. Außerdem kam die Sardische Kartoffel-Focaccia aus dem BROTSonderheft Italienisch backen aus meinem Ofen. Die stand schon lange auf meiner Agenda – zum Reinknien.

Bettina Merle



**Zeigt her
Eure Brote!**

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



Ich habe den Sandwichtraum aus dem BROTSonderheft PicknickBROT gebacken, mit gekauftem Haferdrink und echter Butter. Außerdem habe ich mich dem Kubaneh aus dem BROTSonderheft Backen International gewidmet – duften tut es schon mal sehr gut.

Meryem Severloh



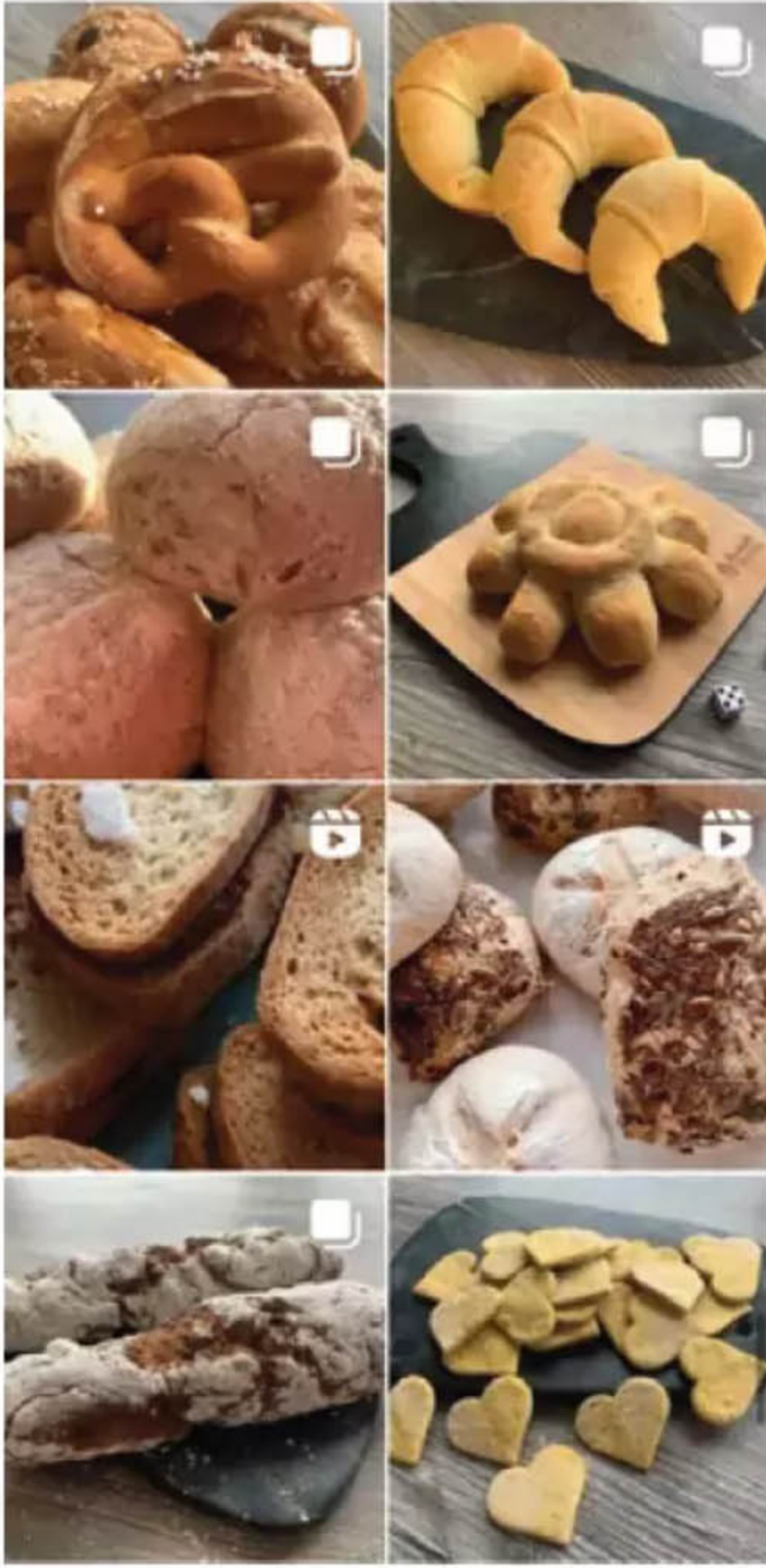
Jetzt abonnieren und keine Ausgabe mehr verpassen

www.speisekammer-magazin.de

040 / 42 91 77-110

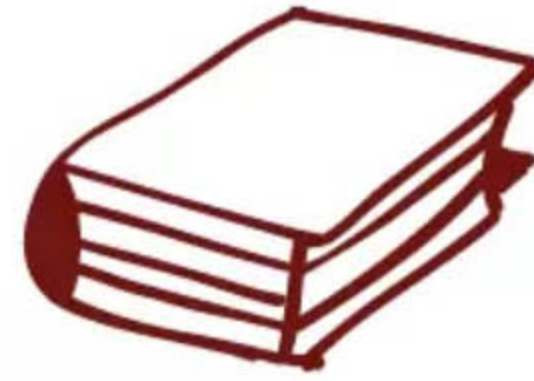
Inspiration

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



Wer von der Autoimmunkrankheit Zöliakie betroffen ist, muss jede Begegnung mit Gluten meiden. Das heißt aber nicht, dass man gänzlich auf Brot verzichten muss. Das Instagram-Profil zottenbacken zeigt, wie es geht. Nina kocht und backt glutenfrei und teilt immerzu ihre Rezepte. So etwa einen veganen Hefezopf, der unter anderem Cashewdrink, Mandelmus sowie Sojajoghurt enthält. Außerdem fordert sie Mut herumzuexperimentieren. Um nichts zu verschwenden, hat sie aus übriggebliebenen Mehlen wie Linsenmehl, Braunhirsemehl oder Reismehl zum Beispiel eine Art Wurzelbrot gebacken. Solche Versuche hätten zwar nicht immer perfekte Resultate erbracht, aber immer bessere, schreibt sie.

 @zottenbacken



Ein Backbuch für die ganze Familie verspricht Katharina Regele mit ihrem Buch „Das Bäckermädle“. Ob nun Rezepte von Oma, Ideen aus der Weihnachtsbäckerei oder das Backen für die und mit den Kleinsten – die Autorin deckt alles ab. So finden sich etwa Anleitungen für Teigtaschen aus der Pfanne, Zwetschkuchen, Amerikaner oder Vanillekipferl in dem Buch. Dem Rezeptteil vorangestellt ist ein Backwörterbuch, in dem die Leserinnen und Leser kurze Erklärungen zu Begriffen wie Kneten, Kuvertüre oder Warm- und Kaltschlagen bekommen. Mit der Autorin und früheren Lehrerin der Bundesakademie Deutsches Bäckerhandwerk in Weinheim haben Bernd Kütscher vom Deutschen Brotinstitut und Edda Klepp vom Magazin BROT übrigens im 28. BROTtalk über ihren Weg gesprochen: youtube.com/@BROTproYT/streams

 einhornverlag.com

Katharina Regele
Das Bäckermädle
88 Seiten
ISBN: 978-3-95747-140-6
16,80 Euro



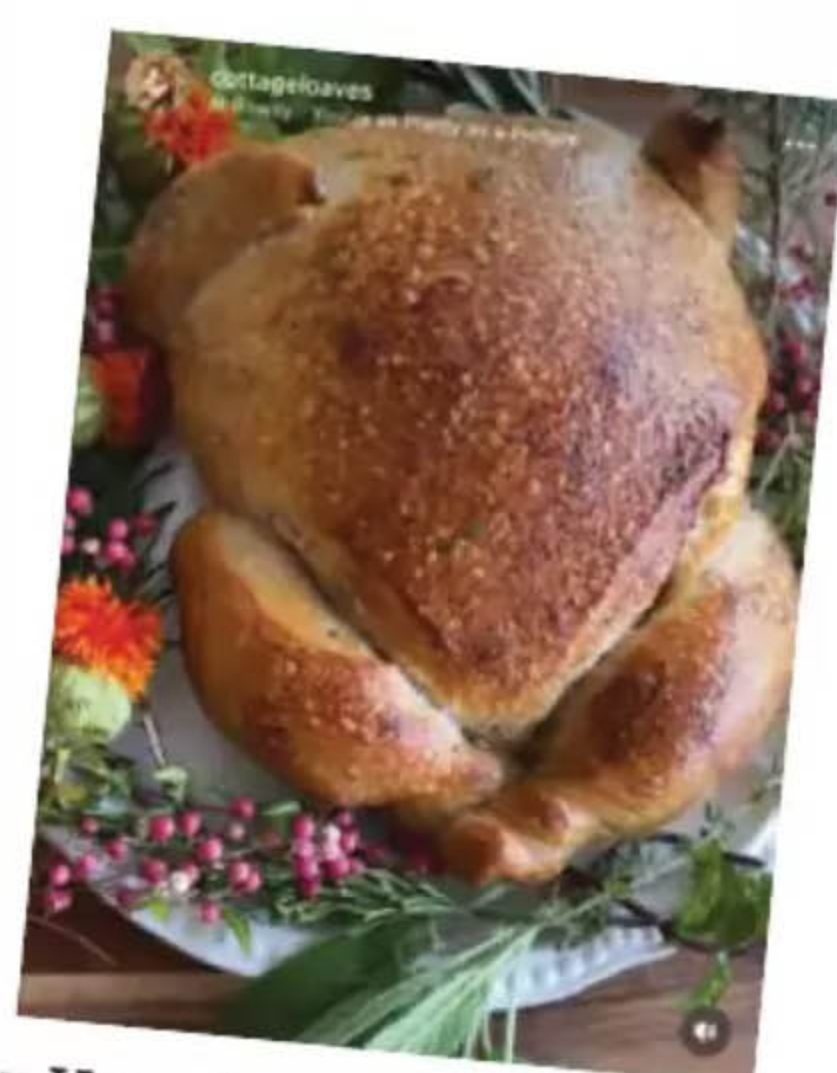
 slowpedia.slowfood.de/getreide



Schonmal von Slowpedia gehört? Wer wissen möchte, woher das Essen eigentlich kommt und ein schnell zugängliches Nachschlagewerk braucht, könnte dort fündig werden. Die Wissensdatenbank ging aus einer Kooperation zwischen der Slow Food Youth Akademie und der Deutschen Stiftung für Warenlehre hervor. Interessierte Verbraucherinnen und Verbraucher können sich auf der digitalen Plattform über Lernmaterialien und -inhalte mit den sozialen, ökologischen sowie kulturellen Kontexten diverser Lebensmittelgruppen auseinandersetzen. Am Abschnitt zum Thema Getreide hat Brot-Experte und Buchautor Lutz Geißler als Fachberater mitgewirkt. Hier kann man sich nicht nur über die Merkmale oder Verwendung von Hafer, Hirse und Co. informieren, sondern bekommt darüber hinaus einen Einblick in Kulturgeschichte, Zucht und Sortenvielfalt.



Für Brotliebhaberinnen und -liebhaber bietet das MehlWelten Museum Wittenburg viele interessante Einblicke. Denn dort geht man der Sache auf den Grund und rückt das Grundnahrungsmittel Mehl ins Scheinwerferlicht. Herzstück der Sammlung sind die mehr als 3.600 Mehlsäcke aus über 140 Ländern in der sogenannten „Sackothek“. Besonders spannend: Die vielen verschiedenen Motive sehen nicht nur toll aus, ihre Symbole lassen sich auch entschlüsseln. So stelle ein Kamel auf einem marokkanischen Sack nach Angaben des Museums etwa dasselbe dar wie ein Drache auf einem chinesischen, nämlich Herrschersymbole in ihren jeweiligen Kulturkreisen. Auch thematisiert werden in Wittenburg beispielsweise Mehl- und Kornmythen oder das Thema Urgetreide. Das Museum ist ganzjährig sonntags und zusätzlich von März bis Oktober an jedem ersten sowie dritten Samstag von 12 bis 17 Uhr geöffnet. Der Eintritt ist frei. Besuchstermine außerhalb der regulären Öffnungszeiten kosten 5,- Euro, Führungen mindestens 100,- Euro.



Der Kanal cottageloaves auf Instagram zeigt, wie vielfältig sich Sauerteigbrote gestalten lassen. Die Sauerteigkünstlerin, die dahintersteckt, zeigt aber nicht nur zahlreiche Brotkreationen, sondern möchte anderen eine Anleitung geben, wie Sauerteig künstlerisch verarbeitet werden kann. So gibt es zum Beispiel ein Tutorial dazu, wie man einen Sauerteig-Truthahn anrichtet, sowie zahlreiche blumig-verzierte Laibe, an denen man sich gar nicht sattsehen kann.



@cottageloaves

„Die große Wildkräuter-Kochschule“ von Susanne Hansch gibt einen umfangreichen Einblick in die Welt der Wildpflanzen. Mit ihren Aromen und gesunden Eigenschaften stellen Wildkräuter spannende Bio-Nahrungs- und Lebensmittel dar – regional und kostenfrei. Mit mehr als 565 farbigen Abbildungen sowie 68 Zeichnungen erklärt die Autorin, woran man die essbaren Pflanzen erkennt, wie man sie richtig behandelt und zubereitet. Außerdem enthält das Buch 60 Pflanzenporträts sowie Angaben zu Erntezeiten, die den maximalen gesundheitlichen Nutzen gewährleisten.

Susanne Hansch
Die große Wildkräuter-Kochschule
 288 Seiten
 ISBN: 978-3-8186-1165-1
 38,- Euro



ulmer.de



Tagtäglich zeigen im BROTForum auf Facebook Heimbäckerinnen und Heimbäcker ihre selbstgebackenen Brote. Die Backergebnisse inspirieren und laden zum Diskutieren ein. Und wenn es in der Küche mal nicht rundläuft, haben die Gruppenmitglieder bestimmt den einen oder anderen Tipp parat. Aktuelles rund um BROT erfährt man dort zuallererst und bleibt so auf dem Laufenden, was Angebote und Neuerscheinungen anbelangt.

/groups/brotforum

Sonja Bauer
Zeit für gute Brötchen
 Christian Verlag
 224 Seiten
 ISBN: 978-3-9596-1794-9
 29,99 Euro



Foodbloggerin Sonja Bauer liefert in ihrem neuen Buch „Zeit für gute Brötchen“ Schritt-für-Schritt-Anleitungen sowie Beispielzeitpläne und Praxistipps. Damit richtet sie sich an Brötchenliebhaberinnen und -liebhaber, die selbst in der Küche tätig werden möchten oder sich bereits ihre ersten Sporen verdient haben. Wie bekommt man den perfekten Brötchenteig hin? Was steckt eigentlich hinter Semmel, Schrippe oder Weggli? Wie funktioniert das bei der Teigherstellung mit den Vorstufen? Die Autorin kennt die Antworten und präsentiert außerdem zahlreiche Rezepte mit denen sich etwa eigene Laugenstangen, Ciabattine oder Nugatbuchteln backen lassen. Gemeinsam mit dem Sauerteigeexperten Manfred Schellin hat die Autorin 2020 das **BROT-Sonderheft Backen im Topf** veröffentlicht. Das Magazin mit Erklärungen und Rezepten zu dieser Backmethode ist nachbestellbar unter brot-magazin.de/einkaufen.

verlagshaus24.de

Max Kugel
Wie ich auszog, um mein Handwerk zu retten
 Westend Verlag
 240 Seiten
 ISBN: 9-783-8648-9396-4
 24,- Euro

Seit 2017 backt Max Kugel in Bonn sein eigenes Brot. Dabei sorgte sein minimalistisches Konzept vom Start weg für Aufmerksamkeit. Denn seit Eröffnung bietet Kugel lediglich zehn Brot-sorten an, von denen neun seit 2017 unverändert bleiben. Brot Nummer 10 wechselt regelmäßig. Brötchen, Kuchen oder Kaffee sucht man bei ihm vergebens. Bevor er in die Rheinstadt kam, hatte sich Max Kugel nach der Lehre und Meisterprüfung auf eine Reise begeben, um verschiedene Länder, Menschen und Mentalitäten kennenzulernen. In seinem Buch „Wie ich auszog, um mein Handwerk zu retten“ gewährt er nun einen Einblick in seine Erfahrungen und seine Philosophie. Er fasst zusammen, was gutes Brot ausmacht, erklärt, wieso er auf Zusatzstoffe verzichtet und vertritt die Meinung, dass Qualität der einzige Weg sei, um das Backhandwerk zu retten.



westendverlag.de

Als „sourdough obsessed home baker“, also etwa Sauerteig-besessene Heimbäckerin, bezeichnet sich Kristen Dennis auf ihrem Instagram-Profil Fullproofbaking. Dort gibt sie mittels Workshops und ausführlichen Anleitungen einen Einblick in ihre Leidenschaft. Das bedeutet: Brote, soweit das Auge reicht. Und es wird farbenfroh, so viel sei vorweg gesagt.



@Fullproofbaking



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 Digital-Ausgabe
- Preisvorteile für Sonderhefte und **BROT**Fibeln bei Neuerscheinung

www.brot-magazin.de/einkaufen

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



Mit Vorstufen zu mehr
Aroma und Haltbarkeit

Null-Null-Üben

Sie sind es, die das Brotbacken manchmal kompliziert aussehen lassen. Dabei täuscht der Eindruck. Vor allem, wenn man den Dreh erstmal raus hat. Null- und Vorteige machen Brot aromatischer, saftiger und länger haltbar. Alles wünschenswert. Und so manches Getreide braucht sie auch, damit man daraus ein freudvolles Gebäck herstellen kann.

Text:
Sebastian Marquardt

Wer träumt nicht von diesem Ideal? Saftig soll ein Brot sein, aromatisch im Geschmack. Und am liebsten auch nach mehreren Tagen noch gut genießbar. Ein wichtiger Faktor dabei sind die Vorstufen. Sie werden vorbereitet – lange bevor es an den Hauptteig geht. Das lässt Rezepte manchmal kompliziert aussehen. Dabei lässt sich das alles mit etwas Übung und Routine leicht beherrschen. Bis zum Ansetzen des Hauptteiges ist kein weiterer Handgriff nötig. Die Vorstufen sollen nur reifen, quellen, ziehen, gehen. Dabei unterscheidet man sie in zwei Kategorien: Nullteige und Vorteige.

Ihren Namen verdanken die Nullteige der Tatsache, dass ihnen null Triebmittel zugesetzt wird. Keine Hefe, kein Sauerteig. Die sind an dieser Stelle nicht notwendig. Die gängigsten Nullteige:

Quellstück

Größere Teigbestandteile wie Schrot, Flocken, Flohsamenschalen, Nüsse oder Saaten sollen das Gebäck saftiger machen. So trocken zugegeben, entziehen sie dem Teig und der Krume später Wasser. Denn die Natur ist um Ausgleich bemüht. So trocknet das Brot schneller aus und ist schon nach kurzer Zeit nicht mehr wirklich zu genießen.

Daher werden die trockenen Bestandteile vorverquollen und erst dann zum Hauptteig gegeben. Je nach Beschaffenheit dauert dieser Prozess in der Regel zwischen einer Stunde (Flohsamenschalen) und einem Tag (Saaten). Das Mengenverhältnis zwischen Wasser und Feststoff richtet sich nach letzterem. Unterschiedliche Stoffe nehmen unterschiedlich viel Flüssigkeit auf. Die Wassertemperatur übersteigt beim Quellstück 35°C



Für die Autolyse werden nur Mehl und Wasser vermischt, um ihre Verquellung zu fördern

in der Regel nicht. Damit werden Körner zum Beispiel nicht so weich wie in einem Kochstück. Sie geben dem Gebäck mehr Biss.

Je länger ein Quellstück steht, desto höher ist das Risiko, dass sich ungewollte Keime darin vermehren oder enzymatische Prozesse beginnen. Beides unterdrückt man durch Zugabe von Salz. Das muss dann um die entsprechende Menge im Hauptteig verringert werden. Die Gesamt-Salzmenge ist damit auch die Obergrenze fürs Quellstück.

Brühstück

Im Grunde ist das Brühstück ein Quellstück in heiß. Hier werden die Zutaten – zum Beispiel Saaten, Flocken, Schrote – mit kochendem Wasser übergossen. Die Hitze des Wassers erhöht dabei in vielen Fällen die Wasseraufnahme, die Stärke von Getreide verkleistert bereits aufgrund der hohen Temperaturen. So kann sie mehr Wasser binden.

Auch hier richtet sich das Mengenverhältnis von Wasser zu Feststoff nach den zu verquellenden Zutaten. Das Zeitfenster ist grundsätzlich geringer, oft genügt eine Quellzeit zwischen einer und vier Stunden. Aber sie kann flexibel auf bis zu 24 Stunden verlängert werden (idealerweise nach dem Abkühlen im Kühlschrank). Wird Salz zugegeben, unterdrückt es auch hier die Fremdkeimung.

Kochstück

Bei hartnäckigen Kandidaten wie Getreidekörnern, genügt das Quellen oder Überbrühen nicht. Sie bleiben zu bissfest. In solchen Fällen werden die groben Zutaten gekocht.

Aber auch Mehl lässt sich mit Wasser (oder anderen Flüssigkeiten) aufkochen. Die Hitze führt zur Verkleisterung der Stärke und damit zu einer deutlich erhöhten Wasseraufnahme. Bis zum Fünffachen des eigenen Gewichtes kann Mehl auf diese Weise an Flüssigkeit aufnehmen.

Gerade das Mehlkochstück ist ein probates Mittel, um mehr Flüssigkeit ins Brot zu bringen. Gebäcke werden dadurch saftiger wie auch länger haltbar. Bei Getreiden, die selbst nicht viel Wasser binden können, sind Kochstücke beinahe ein Muss. Dinkel ist das prominenteste Beispiel, aber auch Urgetreide-Brote profitieren davon. Dabei wird das Mehl mit dem Wasser kurz aufgekocht, bis es puddingartig eindickt.

Nach dem Abkühlen kann so ein Mehlkochstück direkt zum Hauptteig gegeben werden. Im Kühlschrank ist es auch bis zu drei Tage

Grobe Getreideteile und Saaten müssen vorab verquollen werden, damit sie dem Brot später keine Feuchtigkeit entziehen





Floh-samenschalen können bis zum 40-Fachen ihres Eigengewichtes an Flüssigkeit binden. Damit sind sie prädestiniert für ein Quellstück

haltbar, wobei sich bei einem so langen Zeitraum die Zugabe von Salz empfiehlt, um ungewollte Keime zu unterdrücken.

Je nach Art ist die mögliche Menge von Nullteigen im Hauptteig begrenzt. So sollten nicht mehr als 10 Prozent der Gesamt-Mehlmenge eines Brotes ins Mehlkochstück gehen. Backtechnologisch ist der Pudding tote Masse, die zwar mehr Flüssigkeit reinbringt, aber kein Glutengerüst mehr aufbauen kann. Und auch für die wichtigen enzymatischen Prozesse im Teig steht dieses Mehl nicht mehr zur Verfügung.

Autolyseteig

Vielleicht der prominenteste Vertreter der Nullteige ist der Autolyseteig. Für ihn werden Wasser und Mehl gründlich miteinander vermischt, nicht verknetet. Dann lässt man der Natur für einen Zeitraum von 30 Minuten bis zu wenigen Stunden freien Lauf. Das Glutengerüst entsteht durch eine gründliche Verquellung von Mehl und Wasser. In der Knetmaschine wird dieser Prozess durch mechanische Einwirkung beschleunigt. Lässt man den beiden zu verquellenden Zutaten ausreichend Zeit, schaffen sie das auch ohne Knethaken.

Das Ergebnis ist erstaunlich. Denn ist die Masse zu Beginn noch breiig, entwickelt sich im Verlauf der Autolyse ein Glutengerüst, also ein stabiler dehnbarer Teig. Entsprechend eignet sich Autolyse für Mehle der Weizenfamilie, die ein solches Gerüst entwickeln – zum Beispiel Weizen, Dinkel, Emmer, Einkorn, Kamut oder Hartweizen.

Die Autolyse ist besonders dann nützlich, wenn man mit knetsensiblen Getreiden wie Dinkel oder Ursorten arbeitet oder schlicht keine Knetmaschine hat. In beiden Fällen lässt man das Mehl per Autolyse vorverquellen und vermindert damit die Knetzeit, egal ob per Hand oder Maschine.

Geht es bei den Nullteigen in erster Linie um Vorverquellung und mehr Flüssigkeit im Teig, kommt bei Vorteigen noch ein zweites Ziel zum Tragen. Sie werden mit einem Triebmittel angesetzt. Damit startet die Fermentation des Teiges bereits an dieser Stelle. Das Mehl kann über einen längeren Zeitraum mit dem Wasser verquellen, während der Vorteig bereits Fermentations-Aromen entwickelt.

Sauerteig und Lievito Madre

Beide Vorteige setzen auf natürliche Hefen und werden identisch behandelt. Denn eine Lievito Madre ist ja im Grunde ein Sauerteig – nur einer nach italienischem Verständnis. In ihr dominieren die Hefen (im klassischen Sauerteig sind es die Milchsäurebakterien), das macht sie milder im Aroma. Wasser und Mehl werden hier mit einer kleinen Menge Sauerteig, dem Anstellgut, vermischt. Über einen Zeitraum mehrerer Stunden verquellen die Zutaten, während sich die Mikroorganismen des Sauerteiges – vor allem Hefen und Milchsäurebakterien – vermehren. Es entstehen Aromen und so viele Mikroorganismen, dass sich mit dem Vorteig später der gesamte Hauptteig treiben lässt.



Hefevorteige wie Sponge oder Biga sind sehr fest und triebstark

Die Mikroorganismen ernähren sich vom Mehl. Solange ausreichend da ist, vermehren sie sich und sind aktiv. Irgendwann kippt das Verhältnis. Wenn nicht mehr ausreichend Nahrung für alle Hefen und Bakterien da ist, fällt der Sauerteig in sich zusammen. Kurz davor ist der ideale Zeitpunkt zur Weiterverarbeitung im Hauptteig. Wartet man zu lange, reduziert sich die Zahl der Hefen und Bakterien wieder und der Trieb lässt nach.

Salz hat hier eine gärverzögernde Wirkung. Gibt man etwas davon zum Sauerteig, reift er langsamer und das Zeitfenster für die Weiterverarbeitung wird größer. Bis zu 2 Prozent Salz – gerechnet auf die Mehlmenge – gibt man üblicherweise zum Sauerteig. Je mehr, desto stärker verlangsamt sich der Gärprozess.

Das Verhältnis von Mehl zu Wasser im Sauerteig lässt sich flexibel gestalten. Dabei gilt: Je mehr Wasser der Teig enthält, desto schneller verlaufen die Gärprozesse. Per Definition bleibt es immer ein Sauerteig.

Anders verhält es sich bei Hefe-Vorteigen. Ohne dass es exakte Definitionen gibt, haben sich verschiedene Namen etabliert, die im Wesentlichen vom Wasser-Mehl-Verhältnis abhängig sind.

Poolish

Ein französischer Klassiker, der wohl auf polnische Wurzeln zurückgeht. Seine Teigausbeute (TA) liegt in der Regel bei 200. Er besteht also zu gleichen Teilen aus Wasser und Mehl. Hinzu kommt ein Hefeanteil von 0,1 bis 1 Prozent, gerechnet auf die Mehlmenge. So reift der Teig bis zu 24 Stunden. Die Hefen vermehren sich, es entwickeln sich Fermentations-Aromen, das Mehl verquillt gut mit dem Wasser. Das wirkt sich im Hauptteig positiv auf seine Struktur und Dehnbarkeit aus. Für die Temperatur während der Teigreifung gibt es verschiedene Ansätze. Das Anrühren mit eiskaltem Wasser und Reifen bei Raumtemperatur sorgt für einen triebstarken Poolish. Oft wird empfohlen, ihn mit eher wärmerem Wasser anzurühren, ein bis zwei Stunden bei Raumtemperatur anspringen und dann im Kühlschrank reifen zu lassen.

Sponge

Übersetzt ist es der Schwamm. Womöglich weil hier relativ viel Mehl relativ wenig Wasser aufsaugt. Damit ist der Sponge der feste Bruder des Poolish. Seine TA liegt bei etwa 160, also 60 Gramm Wasser auf 100 Gramm Mehl. Hier beträgt der Hefeanteil in der Regel 1 Prozent. So reift er bei Raumtemperatur 8-12 Stunden. Der Hefeanteil kann



Getreide wie Dinkel können schnell überknetet werden. Ein Autolyseteig fördert die Verquellung und senkt die Knetzeit



Im Mehlkochstück wird die Stärke des Mehls verkleistert, so kann es das Fünffache des Eigengewichts an Wasser binden

RICHTWERTE ZUR WASSERAUFNAHME

(100% = auf 100 g Feststoff kommen 100 g Wasser)

50% Wasseraufnahme: Frischbrot, Haselnüsse, Hirse (kaltes Wasser), Kürbiskerne, Mandeln, Sesam, Sonnenblumenkerne, Walnüsse

100% Wasseraufnahme: Buchweizenschrot, Dinkelschrot, Haferflocken, Hartweizengrieß, Quinoa, Roggenschrot, Soja, Weizenschrot

150% Wasseraufnahme: Leinsaat, Maisgrieß

200% Wasseraufnahme: Altbrot (getrocknet, fein vermahlen, kaltes Wasser), Weizenkleie, Leinsaat (geschrotet), Hirse (gekocht)

250% Wasseraufnahme: Hirse (gekocht)

300% Wasseraufnahme: Altbrot (getrocknet, fein vermahlen, kochendes Wasser)

400% Wasseraufnahme: Kartoffelflocken

1.000% Wasseraufnahme (10-fach): Flohsamen

2.000-4.000% Wasseraufnahme (20- bis 40-fach): Flohsamenschalen

Quelle: baeckerlatein.de



Während der Fermentation entwickeln Vorteige bereits ein reiches Aroma



Körner müssen zuvor verquollen werden – um dem Brot kein Wasser zu entziehen, aber auch für ein besseres Kau-Erlebnis

niedriger sein, das bedeutet aber auch, dass dem Teig mehr Zeit zur Reife gegeben werden muss. Je fester ein Teig ist, desto langsamer verläuft der Fermentationsprozess. Mit der Temperatur verhält es sich ähnlich: Je niedriger sie ist, desto langsamer verlaufen die Prozesse im Teig.

Biga

Biga wiederum ist die italienische Schwester des Sponge und treibt es mit der Festigkeit nochmal weiter. Auf 100 Gramm Mehl kommen nur noch 40-60 Gramm Wasser (TA 140-160) sowie 1-3 Gramm Hefe. Gut miteinander verknetet, ruht die Masse 14-24 Stunden. Allerdings bei etwas kühleren Temperaturen, wie man sie klassisch in einem italienischen Keller vorfindet – zwischen 14 und 17°C. Bei Raumtemperatur genügt oft die Hälfte der Zeit.

Aufgrund der gemeinsamen Wurzeln sind Lievito Madre (LM) und Biga eine nicht unübliche Kombination. Statt mit Hefe wird Biga dann mit LM angesetzt. Klassisch kommen dabei Mehl und LM zu gleichen Teilen in den Teig.

Pâte fermentée

Übersetzt bedeutet Pâte fermentée nichts anderes als fermentierter Teig. Gemeint ist ein älterer gereifter Teig. Klassisch findet man ihn in der französischen Baguette-Bäckerei.

Dort wird der nicht verbrauchte Teig der aktuellen Produktion für einen, manchmal für bis zu fünf Tage ins Kühlhaus gestellt und dann jeweils in den neuen Teig gegeben. Er steigert das Aroma und bringt Trieb. Da er bereits fertig für die Verarbeitung war, enthält der Pâte fermentée alle Zutaten eines klassischen Baguette-Teigs. Auf 100 Gramm Mehl kommen etwa 60-65 Gramm Wasser (TA 160-165) sowie 1-2 Gramm Salz. Der Hefeanteil hängt vom Rezept ab.

Fermentolyseteig

Die Fermentolyse ist eine recht neue Technik. Der Begriff leitet sich von der Autolyse ab. Auch hier werden Mehl und Wasser für bessere Verquellung vermischt. Anders als bei der Autolyse enthält der Vorteig aber bereits ein Triebmittel – Sauerteig, LM oder Hefe. Gemeinsam verquellen die Zutaten zwischen 30 Minuten und wenigen Stunden. Der Fermentationsprozess wird bereits in Gang gesetzt, die Knetzeit verkürzt.

Welcher Vorteig bei welchem Gebäck zum Einsatz kommt, hängt von der Zielstellung ab. Fest geführte Vorteige entwickeln im Hauptteig mehr Trieb. Sie eignen sich also für schwerere Gebäcke oder wenn eine große Porung das Ziel ist. Manchmal geht es auch nur darum, einen Vorteig zu wählen, der zum eigenen Zeitplan passt.

Gut tun sie dem Gebäck alle. Gerade bei langer Teigreifung entstehen tolle Aromen, die manchmal auch bei Hefeteigen leicht ins Saure gehen. Die gute Verquellung von Mehl und Wasser verbessert die Krumenstruktur, der enzymatische Abbau von Stärke zu Zuckern während der Fermentation gibt den Hefen im Hauptteig Nahrung und sorgt für eine gute Bräunung der Kruste.

Wer also aromatisch und bekömmlich backen möchte, kommt irgendwann um den Einsatz von Null- und Vorteigen nicht herum. Zu groß ist ihre segensreiche Wirkung – bis hin zur längeren Haltbarkeit der Backwaren. Mit ein bisschen Übung ist es aber ein Kinderspiel. ■

Bajuware

Tipp

Wird der Rohschinken weggelassen, kann die Salzmenge im Teig auf 10 g erhöht werden.

Sauerteig


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


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


Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 200 g Hefeweißbier (Raumtemperatur, alternativ alkoholfreies Bier)
- ▶ 200 g Weizenmehl 1050
- ▶ 150 g Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 125 g Rohschinken (gewürfelt, optional)
- ▶ 100 g Sauerkraut (aus dem Glas, abgetropft)
- ▶ 6 g Salz
- ▶ 5 g Kümmel

Rezept & Bild:
Tanja Schlund

 @schlundisworld

 /Schlundis.Blog

 schlundis.com

Der Laib besticht durch sein kräftiges Hefeweißbier, vereint mit herzhaftem Rohschinken und Zugabe von saftigem Sauerkraut. Der Anteil von Roggenvollkornmehl und klassischem Sauerteig macht aus dem Brot einen aromatischen Brotzeit-Begleiter. Nach einer erschöpfenden Wanderung mit herzhafter Wurst, aromatischem Käse und Hefeweißbier genossen – was gibt es Schöneres?

☉ Alle Zutaten auf langsamer Stufe 2 Minuten mischen, dann auf schnellerer Stufe 6-8 Minuten kneten. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten gehen lassen.

☉ Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, rundwirken und mit Schluss nach unten in einem bemehlten Gärkörbchen bei Raumtemperatur 90 Minuten zur Gare stellen.

☉ Rechtzeitig den Backofen auf 240°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

☉ Den Teigling sanft aus dem Gärkörbchen stürzen, mit Schwaden in den Ofen geben und 10 Minuten backen. Den Schwaden ablassen, die Temperatur auf 190°C reduzieren und weitere 40 Minuten backen. ■

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Roggen, Weizen
Triebmittel:	Sauerteig
Teigkonsistenz:	mittelfest
Zeit gesamt:	13-21 Stunden
Zeit am Backtag:	5-6 Stunden
Backzeit:	50 Minuten
Starttemperatur:	240°C
Backtemperatur:	190°C nach 10 Minuten
Schwaden:	beim Einschließen, nach 10 Minuten ablassen



Zeitraster

20.00 Uhr
Sauerteig ansetzen

Nächster Tag
8.30 Uhr
Hauptteig ansetzen

10.45 Uhr
Brot formen

11.45 Uhr
Ofen vorheizen

12.15 Uhr
Backen

13.05 Uhr
Brot fertig



Rezept & Bilder:
Silke Binte-Braun

Tipp

1 g Frischhefe
entspricht in etwa
der Größe einer
Kichererbse.

Vorteig

- ▶ 150 g Wasser (kalt)
- ▶ 100 g Weizenmehl 1050
- ▶ 100 g Weizenkeime
- ▶ 1 g Frischhefe

Die Zutaten gründlich mischen
und zugedeckt für 12 Stunden in
den Kühlschrank stellen.

Füllung

- ▶ 100 g Mandelblätter
- ▶ 40 g Senf
- ▶ 30 g Wasser (kalt)
- ▶ Chili (nach Geschmack dosiert)

Senf und Wasser verrühren,
dann die Mandeln sowie Chili
untermischen und die Masse
zugedeckt bei Raumtemperatur
12 Stunden ziehen lassen.

Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ 300 g Wasser (kalt)
- ▶ 500 g Weizenmehl 550
- ▶ 14 g Salz
- ▶ 1 g Frischhefe

Spätere Zugabe

- ▶ Füllung

Scha(n)f-Wolle

Hübsch anzusehen und mit einer Füllung, die es in sich hat. Das Weizenbrot gewinnt durch die Beigabe von Weizenkeimen an Farbe und Geschmack. Die Mandeln sind knackig, aber auch sehr würzig bis scharf – je nach Vorlieben. Ein Hingucker zum Brunch, der zudem bei jeder Grillparty überzeugt und als Augen- sowie Gaumenschmaus auf dem Abendbrottisch eine perfekte Figur macht.

☉ Alle Zutaten – außer die Füllung – 4 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann 8 Minuten auf schnellerer Stufe kneten. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten gehen lassen, dabei nach 60 Minuten einmal dehnen und falten.

☉ Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, in 5 gleich große Stücke à zirka 230 g teilen, diese rundformen und 5 Minuten entspannen lassen.

☉ Jeden Teigling länglich ausrollen, sodass ein Oval von etwa 35 x 15 cm entsteht. Auf der einen Hälfte des Ovals Füllung verteilen. Die andere Hälfte mehrfach einschneiden, sodass „Fransen“ entstehen (Bild 1).

☉ Die Ovale von der kurzen Seite mit der Mandelfüllung her aufrollen, sodass sich die Fransen außen um die Rolle legen (Bild 2+3).

☉ Die fünf Teigrollen ringförmig in eine Springform (24-26 cm Durchmesser) setzen und zugedeckt bei Raumtemperatur 45 Minuten gehen lassen.



Zeitraster

20.00 Uhr
Vorteig ansetzen
Füllung vorbereiten

Nächster Tag
8.00 Uhr
Hauptteig ansetzen

10.15 Uhr
Teiglinge formen

10.45 Uhr
Backofen vorheizen

11.15 Uhr
Backen

12.00 Uhr
Brot fertig



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

Die Springform mit Schwaden in den Ofen geben und 10 Minuten backen. Die Temperatur auf 200°C reduzieren und weitere 35-40 Minuten backen. ■

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad: ★★★
 Getreide: Weizen
 Triebmittel: Hefe
 Teigkonsistenz: fest
 Zeit gesamt: 16 Stunden
 Zeit am Backtag: 4 Stunden
 Backzeit: 45-50 Minuten
 Starttemperatur: 250°C
 Backtemperatur: 200°C
 nach 10 Minuten
 Schwaden: beim Einschießen

Blaubeer-Zitronen-Curd

Farbenfroh und fruchtig kommt dieser Aufstrich daher. Und er bringt richtig gute Laune aufs Frühstücksbrötchen. Leckerer kann ein Tag nicht beginnen. Die puddingartige Creme wird aus Ei, Butter und Zucker hergestellt. Zur traditionellen Zutat Zitrone, die klassisch in Großbritannien sowie Nordamerika verwendet wird, gesellen sich hier frische Blaubeeren. Wer bekommt da nicht direkt Lust, ins Brötchen zu beißen?

Die Beeren mit dem Wasser in einen Topf geben und weichkochen, dann zerdrücken und durch ein Sieb (alternativ geruchloses Geschirrhandtuch) streichen. Den Saft auffangen.

Butter, Zucker, Zitronensaft sowie Zitronenabrieb in einem Topf langsam erhitzen. Die Masse unter ständigem Rühren leicht köcheln lassen, bis sich der Zucker aufgelöst hat.

Den Blaubeersaft dazugeben, den Topf sofort vom Herd nehmen und abkühlen lassen.

Die Eier cremig aufschlagen, die Speisestärke mit 20 g Wasser anrühren und beides unter die Blaubeermasse heben.

Den Topf nun wieder auf den Herd stellen, bei geringer Hitze erwärmen und 15-30 Minuten zu einem cremig-dicken, bindigen Mus rühren. Dabei darf das Blaubeer-Zitronen-Curd nicht mehr zum Kochen kommen.

Zutaten*

- ▶ 250 g Blaubeeren (frisch)
- ▶ 100 g Wasser (kalt)
- ▶ 75 g Zucker
- ▶ 80 g Butter
- ▶ 50 g Zitronensaft (frisch gepresst)
- ▶ Abrieb von 1/2 Zitrone (Bio)
- Spätere Zugabe
- ▶ 4 Eier (Größe M)
- ▶ 30 g Speisestärke
- ▶ 20 g Wasser (kalt)

*Ergibt 2 Gläser à 250 ml

Das Mus in zuvor ausgekochte Gläser füllen und diese sofort fest verschließen. Das Curd hält sich im Kühlschrank ungeöffnet bis zu 3 Monate. ■

Rezept & Bild: Bärbel Adelhelm





Wie ein Dorf seine **Handwerksbäckerei** rettete

Gemeinsame Sache

Als die letzte verbleibende Handwerksbäckerei in Wombach vor dem Aus stand, wurden die Bürgerinnen und Bürger des Ortes aktiv. Mehr als 240 von ihnen gründeten eine Genossenschaft, um den Erhalt des Traditionsbetriebs zu finanzieren. Nur wenige Monate dauerte es von der ersten Idee der Schwarmfinanzierung bis zur Wiedereröffnung des Ladengeschäftes. Täglich zieht nun wieder der Duft frischen Brotes aus der Backstube.

Text: Edda Klepp
Bilder: Dorfgenossenschaft Wombach eG

Das typisch dänische Roggenbrot „Dansk Rug“ ist eine besondere Empfehlung des Brotsommeliers Simon Riethmann. Es ist nicht „nur randvoll mit besten Zutaten, nein, es wird auch eine alte Sorte Weizen verarbeitet“, schreibt der Bäckermeister auf der Website der Bäckerei Wombicher Beck. Den Betrieb führt er seit seiner Wiedereröffnung im Juni 2022. „Dieser

Weizen wird als Rot- oder Purpurweizen bezeichnet“, erklärt Riethmann weiter. Das Getreide habe eine rötliche Färbung und enthalte größere Mengen von Anthocyanen, Carotinoiden sowie Proteinen im Vergleich zum in Deutschland üblichen Weizen, schreibt er.

Ein „rassiges Brot“ aus Roggen- und Weizenmehl ist das „Vinschgauer Laiberl“, eine



Etwa 300 Menschen kamen zur ersten Infoveranstaltung über die Dorfgenossenschaft in Wombach

weitere Empfehlung des Bäckermeisters. Gewürze wie Anis, Fenchel, Kümmel und Schabzigerklee machten es „zu einem unvergesslichen Erlebnis für die Sinne“. Wann welches Brot im Laden erhältlich ist, können Kundinnen und Kunden auf einem digitalen Wochenplan nachlesen. Darüber hinaus finden sie auf der Internetseite Texte zur Geschichte des bis dato einzigartigen Projektes: der Gründung der ersten dorfgemeinschaftlich geführten Bäckerei, um echtes Handwerk im Ort zu erhalten.

Trauriger Anlass

Aber von vorne. Die Geschichte begann traurig. Im März 2022 gaben Gerhard und Silvia Endres bekannt, ihre Wombacher Bäckerei, einen hundert Jahre alten Traditionsbetrieb, schließen zu müssen. Bäckermeister Endres erkrankte schwer und konnte das Unternehmen nicht weiterführen, eine Nachfolge war nicht in Sicht. „Das war ein Schock“, erinnert sich Hilmar Ullrich, ein Wombacher, der sich in seiner Heimat tief verwurzelt fühlt. Nicht nur wegen des Schicksals des Heimatbäckers machte er sich Sorgen, sondern auch, weil er die Nahversorgung mit handwerklichen Backwaren über eine lokal verwurzelte Bäckerei gefährdet sah.

Der Standort der Bäckerei war gut. „Das Potenzial erkannten Filialisten aber auch“, so Ullrich. Bei einer Faschingsveranstaltung saß er mit Bekannten zusammen und überlegte: „Wie könnte es uns gelingen, eine Bäckerei

im Dorf zu behalten?“ Was im wahrsten Sinne als „Schnapsidee“ begann, ging dem Marketingfachmann nicht mehr aus dem Kopf: Eine Genossenschaft könnte die Lösung sein. Schließlich kannte man das aus anderen Branchen und Ullrich arbeitete seit Langem im Vertrieb einer genossenschaftlichen Bank.

Der Plan nimmt Form an

Wie wäre es also, wenn der Betrieb nicht durch einen einzigen möglichen Nachfolger – oder eine Nachfolgerin – gestemmt werden müsste, sondern wenn sich viel mehr Schultern die finanzielle Last einfach teilen? „Eine Genossenschaft wird gegründet, wenn viele Menschen dasselbe wollen und dann auch nutzen“, erklärt Ullrich. Jedes Mitglied in dem Modell ist also Investor/in und Nutznießer/in zugleich. „Wir wollten es versuchen.“

Bevor es an die konkrete Umsetzung gehen konnte, gab es allerdings noch ein paar offene Fragen zu klären: War die Familie Endres mit so einer Lösung überhaupt einverstanden? Wie hoch war der finanzielle Bedarf? Und nicht zuletzt: Wer wäre bereit, für eine Genossenschaft als angestellter Bäckermeister oder als Bäckermeisterin den Betrieb mitsamt der Backstube zu führen? Dass ein solches Vorhaben

Der Brotsommelier Simon Riethmann unterstützt das Projekt mit Leidenschaft und Expertise





Die Wiedereröffnung fand knapp drei Monate nach der krankheitsbedingten Schließung statt



Mehrere Teilzeitkräfte wuppen den Laden, bei Engpässen helfen Genossenschaftsmitglieder aus



Zwischen 120 und 140 Kilogramm Brot produziert das Backstubenteam täglich

aufgrund gesetzlicher Vorgaben ohne eine Person mit Meistertitel nicht durchführbar war, erkannte Ullrich bald.

Zunächst kamen er und seine Mitstreiter/innen über einen guten Freund mit den Endres in Kontakt. „Die Familie war sehr offen für die Idee. Sie wollte den Traditionsbetrieb und auch die damit verbundenen Arbeitsplätze gerne erhalten“, erinnert sich Ullrich. Kurz darauf ergab sich, ebenfalls über persönliche Beziehungen, ein weiterer wichtiger Kontakt: Der Bäckermeister und Brotsommelier Simon Riethmann kam ins Gespräch. In ihm sah man einen geeigneten Mann, die Bäckerei zu betreiben und mit eigenen Ideen voranzubringen.

Das Team wächst

2014 hatte Riethmann seine Meisterprüfung an der Bundesakademie Deutsches Bäckerhandwerk in Weinheim abgelegt. In der Folgezeit verschlug es ihn ins Ausland, nach Australien und Norwegen, da er die Welt sehen und nochmal ganz andere Ansätze

in der Bäckerei lernen wollte. „2019 kam ich zurück, um in Weinheim meine Ausbildung zum Brotsommelier zu absolvieren“, sagt Riethmann. Im Sommer 2020 hielt er die Urkunde endlich stolz in der Hand und suchte in einer kleinen Bäckerei in Süddeutschland ein Auskommen. „Einmal wöchentlich habe ich außerdem Brot unter eigenem Label in der Region verkauft“, sagt er.

Gerade stand er vor der entscheidenden Frage: „Mache ich mich jetzt selbständig?“, da wurden Riethmann und Ullrich sowie weitere Fans der Genossenschaftsidee an einen Tisch gebracht. Offen für Neues, hörte sich Riethmann das mögliche Vorhaben an. „Am Anfang war ich schon ein wenig skeptisch, aber dann sah ich darin eine lohnende Sache, um meine Zeit zu investieren.“

Derweil wurden Ullrich und seine Mitstreiter/innen nicht müde, weitere Unterstützung mit ins Boot zu holen. Die Idee sprach sich im Dorf herum. Eine erste Info-Veranstaltung sollte bei potenziellen Investorinnen und Investoren Interesse wecken und ihnen die Grundsätze

einer Genossenschaft näherbringen. „Es kamen 300 Leute zu diesem ersten Treffen“, freut sich Ullrich noch heute, wenn er davon spricht. Es herrschte regelrecht Aufbruchstimmung und die Initiatoren erkannten: „Das konnte wirklich etwas werden.“





In seiner Backstube hat Riethmann viele Freiheiten, auch wenn er als Bäckermeister nur ein Angestellter ist

Gründung der Genossenschaft

Um nun aber tatsächlich eine Genossenschaft zu gründen, war noch einiges zu tun. „Wir hatten ermittelt, dass mindestens ein sechstelliger Betrag gebraucht wurde, um die Bäckerei samt Inventar und den verbliebenen Rohstoffen auszulösen“, sagt Ullrich. Ausreichend Eigenkapital sei auch eine Grundvoraussetzung für die Gründung der Genossenschaft. „Theoretisch genügen dann bereits drei Menschen, so steht es im Genossenschaftsgesetz.“ Denn entscheidend ist die Zeichnung – also der Kauf – von Genossenschaftsanteilen. So kommt die Organisation an ihr Geld. Je mehr Menschen diesen Schritt gehen, desto mehr Geld kommt zusammen, selbst wenn alle nur einen kleinen Anteil bezahlen.

Erwirtschaftet die Genossenschaft Gewinn, kann der an die Mitglieder ausgeschüttet werden. Alle erhalten dann ein kleines Stück vom Kuchen, je nachdem wie groß ihr Anteil an der Genossenschaft ist. Alternativ bleibt der Gewinn in der Kasse und wird wieder investiert. In Jahren ohne Gewinn gibt es ohnehin keine Ausschüttung. Zudem lassen sich Anteile auch handeln, also verkaufen.

Formal braucht man vor alledem zunächst einen Eintrag im Genossenschaftsregister, „dafür muss alles korrekt ablaufen, zum Beispiel die Gründungsversammlung“,

erklärt Ullrich. Schützenhilfe erhielt die Initiative vom Genossenschaftsverband Bayern. „Der unterstützte uns bei der Gründung und ist auch Prüfverband. Das heißt, er kann notwendige Wirtschaftsprüfungen durchführen.“

Zunächst reichten die Gründerinnen und Gründer dafür einen Businessplan ein, dann wurde ein Gutachten erstellt. „In unserem Fall war das einfacher, weil wir auf die Zahlen des bereits bestehenden Geschäftes zurückgreifen konnten“, erklärt Ullrich. Als nächstes brauchte es notarielle Einträge und eine Bestätigung vom Amtsgericht. „So etwas kann dauern, aber wir haben Druck gemacht.“

In der Satzung einer Genossenschaft müssen außerdem Zweck und Gegenstand des Unternehmens festgelegt sowie genau



Die Bäckerei Endres heißt jetzt Bäckerei Wombacher Beck, die Geschichte der Genossenschaft ist auf der Website nachzulesen

HÄUSSLER

Beste Teige für Ihre Brote

ALPHA



NOVA



Gärboxen



Teigknetter und Zubehör

Nur guter Teig ergibt gute Brote. Mit den starken Knetmaschinen von Häussler gelingen beste Teige. Holen Sie sich feinste Profi-Technik nach Hause. Passend dazu gibt es bei uns Gärboxen, Gärfolien, Backformen, Brotschieber und alles Weitere zum Backen.

Gratis Katalog unter:
www.backdorf.de

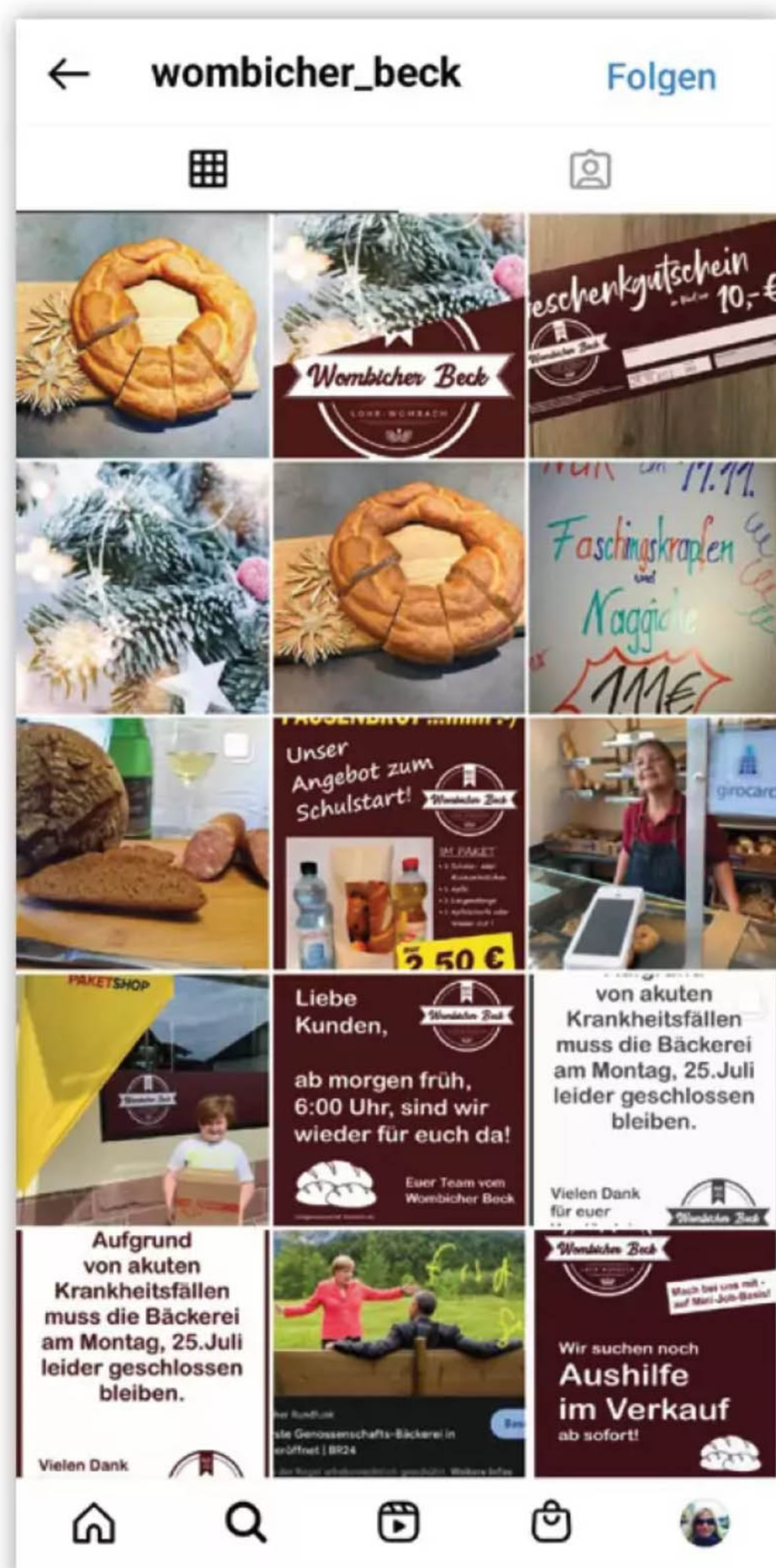
88499 Heiligkreuztal
Telefon 073 71/93 77-0



Bereits während der Vorbereitung versorgte Simon Riethmann die Gründungsmitglieder mit frischen Backwaren



Durch die Gründung der Genossenschaft konnten Arbeitsplätze im Betrieb erhalten bleiben



Über soziale Netzwerke wie Instagram werden die Mitglieder und andere Interessierte über Angebote und Aktuelles informiert

beschrieben sein. Den Zweck fassten die Wombacher Gründungsmitglieder weit, um neben der Bäckerei in der Zukunft weitere Projekte realisieren zu können. „Uns geht es um die Förderung der gesamten Lebens- und Wohnqualität des Ortes Wombach sowie den Erhalt der Nahversorgung durch regionale Anbieter“, fasst es Ullrich zusammen.

Stimmberechtigt sind alle Mitglieder der Genossenschaft mit je einer Stimme, unabhängig von der Menge erworbener Anteile. Darüber hinaus lebt die Genossenschaft vom ehrenamtlichen Engagement der Beteiligten. Ein fünfköpfiger Aufsichtsrat wurde gegründet und bestimmte fünf Personen für den Vorstand. „Ihnen obliegt der komplette wirtschaftliche Geschäftsbetrieb, also zum Beispiel die Finanzbuchhaltung, das Personalwesen und das Marketing.“ Letzteres ist Hilmar Ullrichs Ressort, der als eines der ehrenamtlichen Mitglieder in den Vorstand gewählt wurde.

Breiter Rückhalt

Bereits wenige Wochen nach Bekanntgabe ihrer problematischen Situation hatte Familie Endres am 31. März 2022 die Bäckerei geschlossen. Am 8. Mai wurde die Dorfgemeinschaft mit 246 Mitgliedern gegründet. Weitere Interessierte schlossen sich an. Knapp 700 Menschen zeichneten in den ersten Monaten Genossenschaftsanteile, die meisten gleich mehrere. „Ein Anteil kostete 150 Euro, bis zu zehn konnten pro Person erworben werden“, erklärt Ullrich. „Unsere Erwartungen sind deutlich übertroffen worden. Und am 20. Juni machten wir die Bäckerei unter dem Namen Wombicher Beck schon wieder auf“, so Ullrich.

Mit dem Kapital hatte die Genossenschaft die Bäckerei erworben, Silvia Endres lebt im selben Gebäude darüber. Ihr Mann Gerhard starb nach schwerer Krankheit im August im Alter von 68 Jahren – nachdem sein Lebenswerk gerettet war. Simon Riethmann wuppt mit zwei Gesellen und einer weiteren Bäckermeisterin die Backstube. Drei Personen arbeiten als Teilzeitkräfte im Laden. „Wenn es mal eng wird, helfen Genossenschaftsmitglieder im Verkauf aus“, erklärt der Bäckermeister.

Zwischen 120 und 140 Kilogramm Brot produziert das Backstubenteam täglich, am Wochenende mehr. „Die Franken und Fränkinnen mögen



Riethmann treibt seine Teige mit Sauerteig, den er aus japanischen Koji-Pilzen gezogen hat

es klassisch, darum backen wir zum Beispiel einfaches Mischbrot 80/20.“ Darüber hinaus gibt es etwa 20 bis 40 Kilogramm Spezialbrote. Riethmann hat großen Gestaltungsspielraum. „Das einzige, das mich einschränkt, ist, wenn die Kundschaft etwas nicht kauft“, sagt er.

So kommt zum Beispiel ein besonderer Sauerteig zum Einsatz, den der Bäckermeister aus japanischen Kōji-Pilzkulturen gezogen hat. „Seit dem ersten Tag backe ich mit dem Kōji-Sauer, natürlich muss nebenbei aber auch alles andere laufen“, sagt er. Hilmar Ullrich ist begeistert, sogar einen Brotsommelier für Wombach gewonnen zu haben: „Es ist schön für uns, dass wir die Chance hatten, die Bäckerei zu erhalten. Aber durch die Expertise von Simon setzen wir noch einen drauf“, sagt er. „Wir haben mit Sicherheit eines der besten Brote in der Region.“

An einem Strang

Etwas gewöhnungsbedürftig war es für Riethmann allerdings, seine Ideen und Konzepte mit Laien zu diskutieren, die zunächst nur wenig über die Vorgänge hinter den Kulissen einer Bäckerei wussten. „Da musste man anfangs sehr viel erklären“, sagt er. Ist es denn zum Beispiel zwingend notwendig, im Brotteig Rotkornweizen für 8,50 Euro

das Kilo zu verwenden? Nicht selten musste der Bäckermeister bei solchen Fragen erst einmal Überzeugungsarbeit leisten.

Gleichzeitig schätzt er die Perspektive der Genossenschaftsmitglieder. Ziel aller Beteiligten ist es, die Bäckerei handwerklich zu führen, dabei wirtschaftlich stabil zu halten und schwarze Zahlen zu schreiben. „Dafür nutzen wir alles, was uns dabei hilft“, sagt Marketing-Experte Ullrich. Neben der Website gibt es einen regelmäßigen Newsletter mit Angeboten. Und auch einige Wiederverkaufsstellen werden mit Backwaren beliefert.

Über eine WhatsApp-Gruppe informiert der Vorstand die Genossenschaftsmitglieder über Aktuelles und auch in sozialen Netzwerken ist die Gruppe aktiv. „Ideen haben wir viele“, sagte Ullrich. Und wenn die aktuellen Mitglieder doch irgendwann das Interesse verlieren und ihr Kapital aus dem Projekt ziehen, also Anteile verkaufen wollen? „Erst einmal haben sich alle verpflichtet, für drei Jahre zu investieren. Bis dahin wollen wir auf stabilen Beinen stehen“, erklärt das Vorstandmitglied.

Unter Renditegesichtspunkten lohne sich der finanzielle Einsatz allerdings derzeit nicht. „Es gibt keine Ausschüttung. Der Benefit für die Mitglieder besteht darin, dass es die Bäckerei überhaupt in Wombach gibt.“ Dafür sei es wichtig, alle Beteiligten emotional bei der Stange zu halten. „Es ist ein wesentlicher Punkt, dass ein solches Projekt aus der Gemeinschaft heraus gewollt ist“, sagt Ullrich, „nur so kann es auf Dauer funktionieren.“ Ein Projekt, das auch andernorts Schule machen könnte. ■

AUSZUG AUS DER SATZUNG

“§ 2 Zweck und Gegenstand

- (1) Zweck der Genossenschaft ist die Förderung des Erwerbs und der Wirtschaft der Mitglieder und deren soziale oder kulturelle Belange durch gemeinschaftlichen Geschäftsbetrieb und der Erhalt der Lebens- und Wohnqualität des Ortes Wombach. (Infrastruktur, Nahversorgung, regionale Produkte wie z.B. traditionelles Backhandwerk)
- (2) Gegenstand des Unternehmens ist:
 - Der gemeinschaftliche Betrieb von regionalen Unternehmen (z.B. Bäckereien, Gaststätten und Märkten für regionale Erzeuger) zur Versorgung der Mitglieder sowie
 - die Organisation und Durchführung von (Kultur-) Veranstaltungen jeder Art.
- (3) Die Genossenschaft kann Zweigniederlassungen errichten und sich an Unternehmen beteiligen.
- (4) Die Ausdehnung des Geschäftsbetriebs auf Nichtmitglieder ist zugelassen.”



Der Kojisauer entwickelt ordentlich Trieb und stellt darüber hinaus eine Besonderheit in der Bäckerei dar, mit der sich Marketing machen lässt

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



15,- EURO

platzsparend zu verstauen und mit wenigen Handgriffen gebrauchsfertig aufgebaut.

Das **Zusatzgitter-Gestell** verdoppelt die Kapazität für den Brod & Taylor Gärautomaten Ideal für das Gären von zwei Backblechen oder vier Brotkästen. Backbleche sollten 36,2 cm x 30,5 cm oder kleiner sein. Brotkästen sollte etwa 8 cm hoch sein, sodass die maximale Höhe des gegärten Brotteiges 10 cm ist.

Zusätzliches Gärblech für den Brod & Taylor Gärautomaten. ■



Gärkörbe

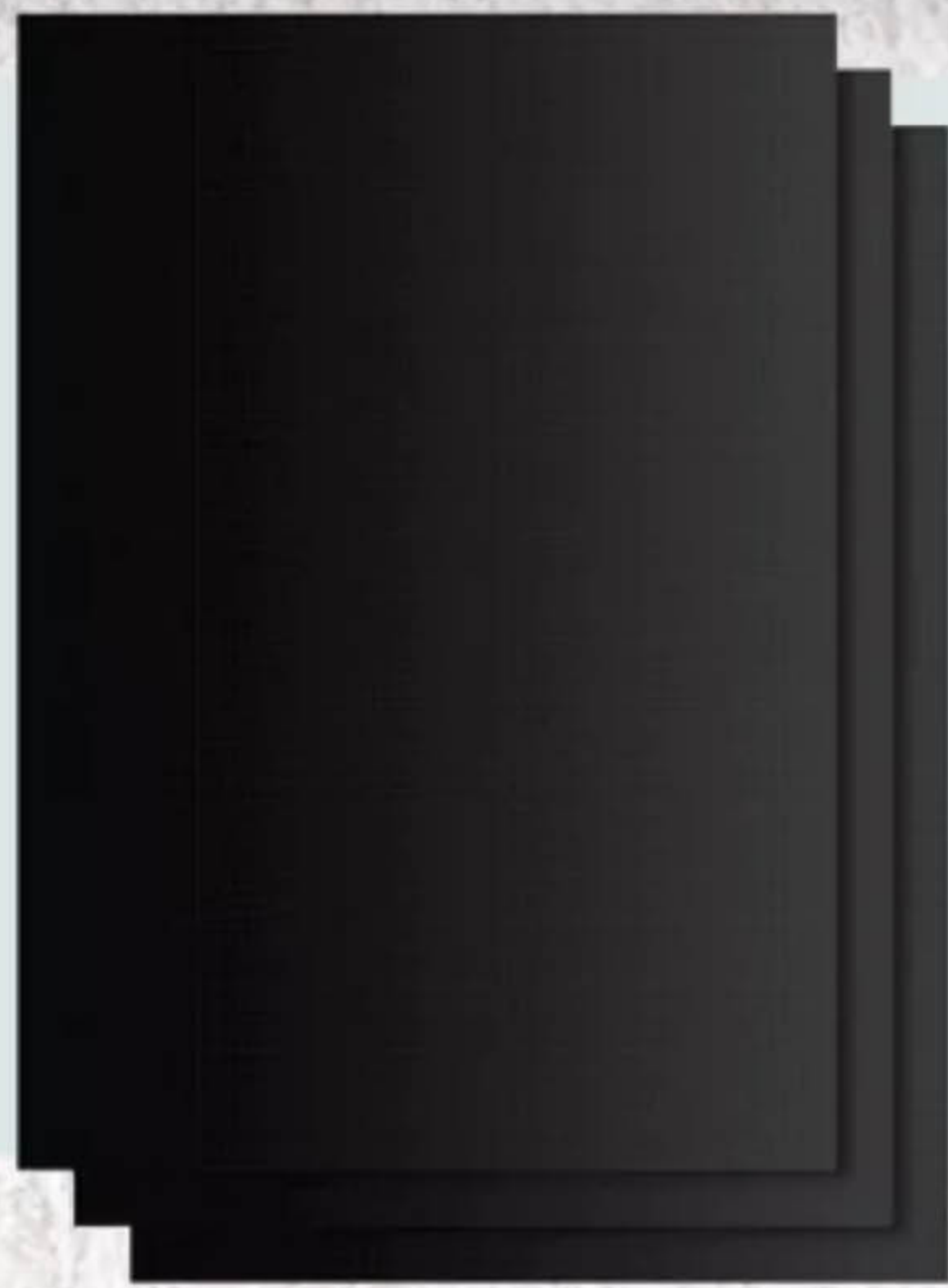
Die Gärkörbe aus Holzschliff sind für Brote bis 1 Kg geeignet. Holzschliff ist ein Naturprodukt aus frischem Fichtenholz, was frei von jeglichen chemischen Zusätzen ist und auf rein physikalischem Wege hergestellt wird. Die aus nachhaltiger Forstwirtschaft stammenden, frischen Baumstämme werden dabei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



Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110





Dauerback- und Grillmatte

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

22,95 EURO

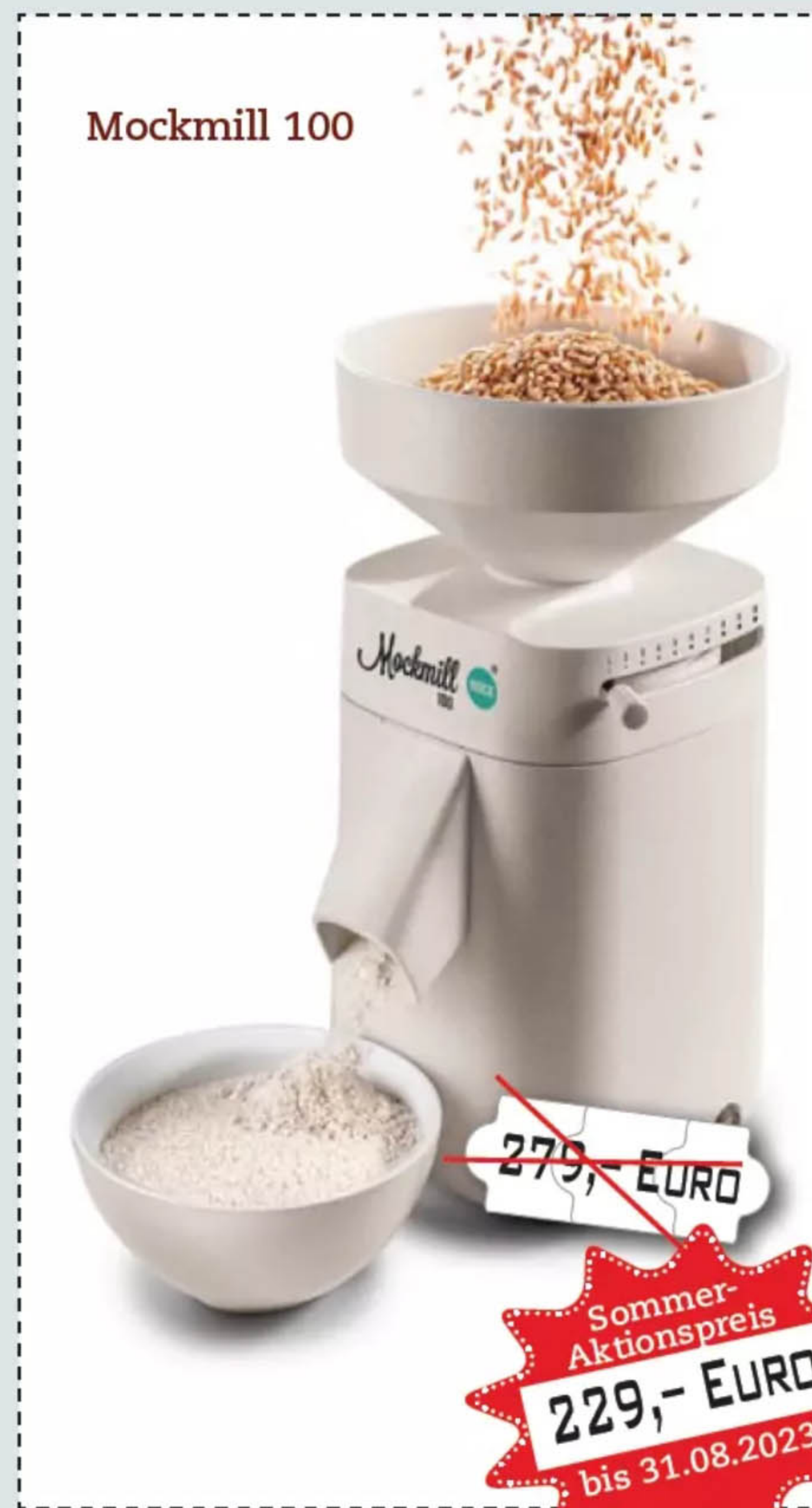
- für Temperaturen bis 300 Grad
- Maße 50x40 cm
- Antihafbeschichtung
- Hochwertiges Material aus teflonbeschichtetem Silikon
- 100% lebensmittelecht
- Lieferumfang: 3 Matten

Mockmill

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



Mockmill 200



Mockmill 100

Mockmill Professional 200



Sommer-Aktionspreis
299,- EURO
bis 31.08.2023

~~349,- EURO~~

Sommer-Aktionspreis
669,- EURO
bis 31.08.2023

~~719,- EURO~~

~~279,- EURO~~
Sommer-Aktionspreis
229,- EURO
bis 31.08.2023

Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110



BROTLeinen

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

Brot

28,- EURO

Der Stoff muss vor der ersten Benutzung nicht gewaschen werden und auch später genügt es, Mehl und eventuelle Teigreste trocknen zu lassen und dann auszuklopfen. Die Maße: 60 x 150 cm. ■

Info

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

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

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

28,- EURO

Brot

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. ■

29,- EURO

Brot

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. ■

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 Ausbundsicherheit

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. ■

Roggenvollkorn: 6,80 Euro
Ackerbohne: 8,20 Euro
Dinkel: 7,50 Euro

Bestellung: www.brot-magazin.de/einkaufen

040/42 91 77-110



Sprossen-System

Mit den Sprossenglas-Systemen gelingt eine mühelose und hygienisch saubere Sprossenzucht ohne Erde. Die schräge Position des Glases garantiert die fortwährende Frische der Sprossen, da das Wasser ablaufen (keine Staunässe) und Luft zirkulieren kann (feinmaschiges Sieb). Die Keramikschale fängt das Abtropfwasser auf, so dass das System an jedem beliebigen Ort Platz findet. Die Saaten werden im Sprossenglas eingeweicht, gespült und bis zur Ernte gezogen. ■

- 1.000 ml Sprossenglas
- Feinmaschiges Sieb aus nickelfreiem Edelstahl
- 3 x Schraubring aus Edelstahl
- Abtropfgestell aus Edelstahl
- Abtropfschale in Keramik Weiß
- 1 Tütchen Bio-Keimsaat aus kontrolliert biologischem Anbau



Flakelovers

Mit dem Flakelovers stellt man frische Flocken ganz einfach selbst her. Das Gerät wird in Deutschland von Mockmill gefertigt. ■

- Trichter-Füllmenge bei Hafer: 150 g
- Flockmenge bei Hafer: ca. 60 g/min
- Abmessungen: 292 x 120 x 220 mm
- Gewicht: 3 kg
- Gehäuse: marmorierter Kunststoff aus nachwachsenden Rohstoffen
- Flocker-Walzen: Edelstahl
- Lieferumfang: Flocker, Netzkabel, Anleitung

Kilner Butterfass mit Drehkurbel

Mit dem KILNER Butterfass lässt sich frische, selbstgemachte Butter in nur wenigen Minuten selbst herstellen. Schnell, sauber und einfach kreiert man mit dem Retrostyle-Butterfass von Kilner leckere Butter – ganz frisch und cremig und ohne Zusatzstoffe. ■

44,95 EURO



- Leckere, hausgemachte Butter einfach selbstgemacht – ganz ohne Zusatzstoffe
- Nachhaltig: traditionelle Herstellungsweise ganz ohne Strom und Elektronik, mit manueller Handkurbel und Silikonmixer
- In nur wenigen Minuten wird aus Sahne frische, leckere Butter
- Auch perfekt geeignet für die Herstellung von Kräuter- oder Knoblauchbutter
- Fassungsvermögen: 1 Liter

Kilner Sauerteig-Starter-Set

Das Sauerteig-Starter-Set enthält alle Komponenten, die zur Herstellung eines erfolgreichen Sauerteigs benötigt werden, welcher anschließend in ein frisches und leckeres Brot verwandelt werden kann. ■

- Lieferumfang
- 2x Kilner Weithalsglas 350ml
 - 1x Messdeckel aus Edelstahl
 - 1x Silikon Teigschaber
 - 1x Edelstahl Deckel
 - 2x Gummibänder
 - 6x Etiketten zum Beschriften



BROTschürze

Nachhaltig, schick und ein bisschen witzig. Nicht nur mit ihrem umweltfreundlichen Material punkten unsere BROTSchürzen aus Recycling-Baumwolle – sie sind obendrein sehr praktisch in der Handhabung und damit toll für den Küchen-Einsatz geeignet. Ein kleines, aber feines Detail ist etwa die Fronttasche, in der sich Kochutensilien aufbewahren lassen. Hinzu kommt der Verstellriemen zum Anpassen der Größe. Und natürlich ein kesser Spruch auf der Brust. Da die Latzschürze mit ihrer Größe von 65 x 90 cm bis unterhalb des Knies reicht, bleiben auch Rock oder Hose darunter gut vor Verunreinigungen geschützt. Die Schürze wiegt leichte 115 g bei einer Stoffstärke von 150 g/m² und ist in zwei Versionen erhältlich. ■



Blau – Brot essen ist keine Kunst, BROT backen schon



Natur – Ich backe BROT. Was ist Deine Superkraft?

14,80 EURO



- Material: 100% recycelte Baumwolle, zirka 150 g/qm
- Maße Länge x Breite: 650 x 900 mm
- Gewicht: 115 g
- Nature Line Schürze, hergestellt aus recycelter Baumwolle.
- Mit Fronttasche und Verstellriemen, unterhalb des Knies geschnitten.



17,99 EURO

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 schlechtriachende 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

040/42 91 77-110



Shopfinder

Dinkel von der Schwäbischen Alb

Auf eigenen Äckern baut Häussler wertvolle Getreidesorten an, die in regionalen Mühlen zu verschiedenen Mehlsorten vermahlen werden.

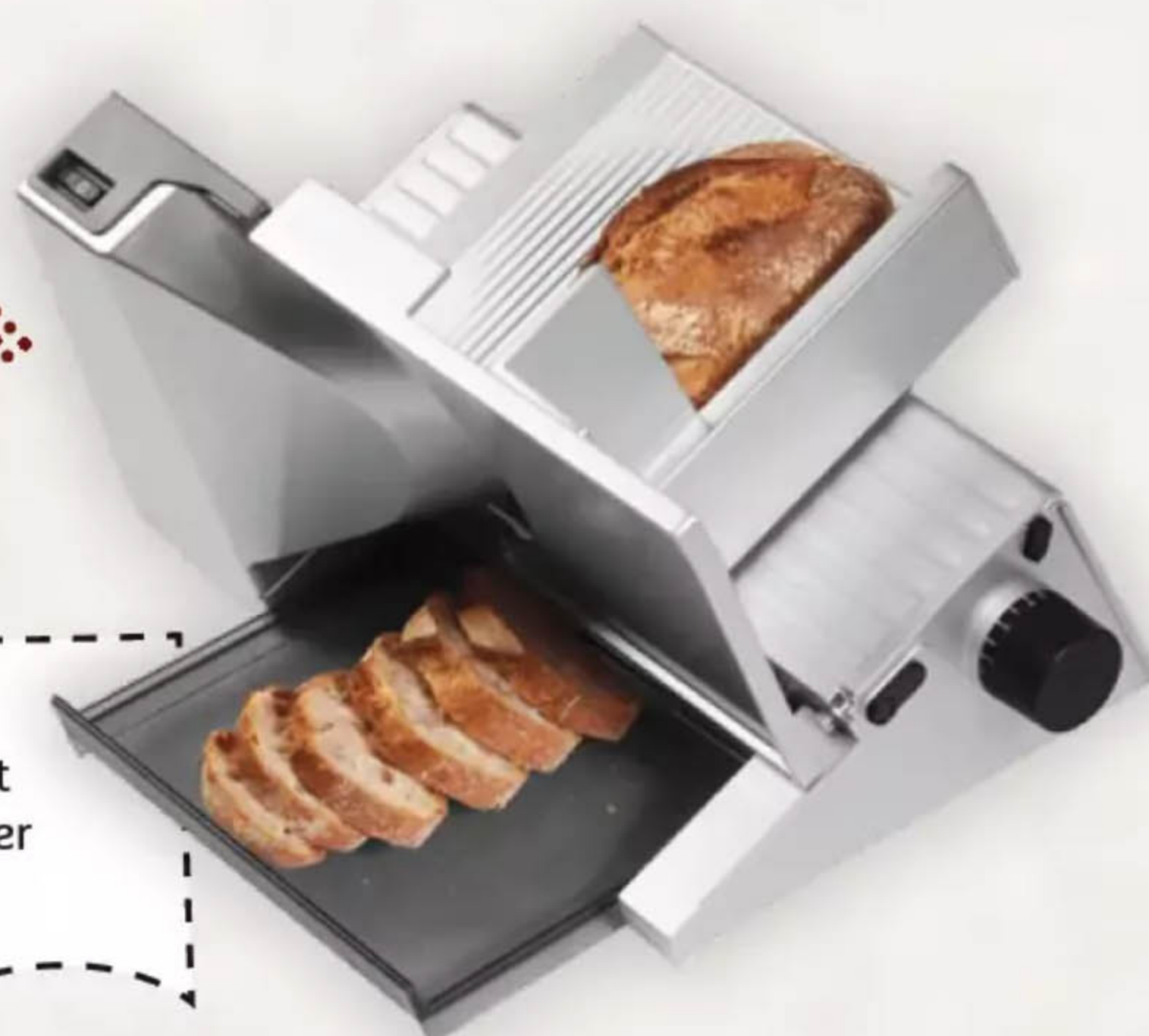
Erhältlich unter www.backdorf.de



BÖCKER Glutenfreier Sauerteig Bio

Wer kreative Brote backt und auf besondere Zutaten wie Reismehl setzt, der ist beim glutenfreien Sauerteig-Starter von BÖCKER richtig! Denn er überzeugt nicht nur in glutenfreien Backwaren. Einfach den eigenen Sauerteig ansetzen oder direkt in den Teig geben – beides ist sehr einfach möglich und raffiniert in der Wirkung.

www.sauerteig.shop



Elektrischer Allesschneider contura 3

Vollmetallausführung, edles Design, professionell schräg gestellt (25-Grad Schrägstellung) und ein Leichtlaufschlitten aus Metall: der semiprofessionelle Allesschneider contura 3 von ritterwerk.

www.ritterwerk.de

ritter
QUALITY SINCE 1905

MADE IN GERMANY



ritterwerk – Haushaltsgeräte Made in Germany
Besuchen Sie unseren Shop auf www.ritterwerk.de

Geballtes Wissen



www.brot-magazin.de/einkaufen

Geräte und Werkzeuge zum Backen

HÄUSSLER



www.backdorf.de

BÖCKER
SOURDOUGH



**Glutenfreier
Sauerteig Bio**

GLUTENFREIER SAUERTEIG STARTER

Für tollen Geschmack und
perfekte Backergebnisse

HIER
BESTELLEN!



WWW.SAUERTEIG.SHOP



Sauerteig

- ▶ 120 g Wasser (warm)
- ▶ 120 g Roggenmehl 1150
- ▶ 10 g Roggen-Anstellgut

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt bei Raumtemperatur 16-20 Stunden reifen lassen.

Vorteig (Poolish)

- ▶ 120 g Wasser (kalt)
- ▶ 120 g Weizenmehl 550
- ▶ 0,1 g Frischhefe

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt bei Raumtemperatur 16-20 Stunden reifen lassen.

Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Vorteig
- ▶ 140 g Wasser (kalt)
- ▶ 320 g Weizenmehl 550
- ▶ 12 g Backmalz (inaktiv, flüssig, alternativ Zuckerrübensirup)
- ▶ 11 g Salz
- ▶ 3 g Frischhefe

Topping (Glanzstreiche)

- ▶ 30 g Wasser (heiß)
- ▶ 20 g Wasser (kalt)
- ▶ 5 g Kartoffelmehl

Schwierigkeitsgrad: ★★★☆☆

Getreide: Weizen, Roggen

Triebmittel: Sauerteig, Hefe

Teigkonsistenz: breiig

Zeit gesamt: 21-25 Stunden

Zeit am Backtag: 4-5 Stunden

Backzeit: 50-55 Minuten

Starttemperatur: 230°C

Backtemperatur: 190°C,
nach 10 Minuten

Schwaden: beim Einschießen



Rezept & Bilder: Sebastian Krist

[@brotartig](#)

brotartig.de

Tipp

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

Paderborner-Röggelchen-Brot

Einer Mischung aus dem traditionellen Paderborner und den typischen Kölner Röggelchen verdankt das Brot seinen Namen. Im Ergebnis entsteht ein mildes und sehr weiches Gebäck, das mit Sauerteig und einem weiteren Hefevorteig getrieben wird. Glanz erhält das Brot durch eine Mixtur aus Kartoffelmehl und Wasser.

☉ Alle Zutaten auf langsamer Stufe 6 Minuten mischen, dann auf schnellerer Stufe 5 Minuten kneten. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur 90 Minuten gehen lassen.

☉ Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und schonend langwirken. Den Teigling mit Schluss nach unten in eine gefettete Kastenform (zirka 26 cm) geben und zugedeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten gehen lassen, bis der Teig bis knapp unter den Rand der Form geht.

☉ Rechtzeitig den Backofen auf 230°C vorheizen und die Glanzstreiche vorbereiten. Dafür das Kartoffelmehl im kalten Wasser verrühren und dann in das heiße Wasser einrühren.

☉ Die Oberseite des Teiglings mit Glanzstreiche abstreichen, die Kastenform mit Schwaden in den Ofen geben und 10 Minuten backen. Die Temperatur auf 190°C reduzieren und weitere 25 Minuten backen. Das Brot aus der Form nehmen und weitere 15-20 Minuten fertig backen. ■

Tipp

Im geölten Holzrahmen gebacken wird das Brot nicht nur innen, sondern auch außen herum soft und erhält eine besondere Geschmacksnote.

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

Tomatensuppe „Pizza“



Brot-Lasagne

Süße Dänen- Stulle mit Apfelkompott





Tomatensuppe „Pizza“

Die Pizza zum Weglöffeln ist nicht nur optisch ein Hingucker (und ein kleiner Spaß) – sie schmeckt auch richtig gut.

● Die Zwiebel und die Knoblauchzehe schälen und fein würfeln.

● 4 EL Olivenöl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin glasig dünsten.

● Oregano schneiden und in den Topf geben, mit den passierten Tomaten sowie der Brühe auffüllen und aufkochen. Mit Salz würzen.

● Die Paprika längs halbieren, entkernen und würfeln.

● Die Champignons putzen und halbieren.

● Rechtzeitig den Ofen auf 180°C Umluft vorheizen.

● Die Ciabatta-Scheiben würfeln und in einer Pfanne in 4 EL Olivenöl hellbraun rösten, leicht salzen. Herausnehmen und beiseitestellen.

● 2 EL Öl in die Pfanne geben, die Paprika darin zwei Minuten braten, die Champignons zugeben und weitere 3 Minuten braten. Den Mais unterrühren. Mit Salz würzen.

● Zwei Drittel des Gemüses unter die Tomaten-Suppe rühren.

● Vier feuerfeste Schalen auf ein Ofen-Blech stellen, die Suppe und das übrige Gemüse auf 4 Portionen verteilen. Mozzarella-Bällchen halbieren und je eine Hälfte auf eine Portion legen, den Reibekäse auf die Suppen streuen.


● Das Blech mit den Suppen in den heißen Ofen schieben und 8-10 Minuten backen, bis der Käse schmilzt.

● Die Suppen umsichtig und mit Topflappen aus dem Ofen holen und mit Basilikum bestreut servieren. ■

Zutaten (für 4 Portionen)

- ▶ 1 Zwiebel (klein)
- ▶ 1 Knoblauchzehe
- ▶ 10 EL Olivenöl
- ▶ 2-3 Zweige Oregano (alternativ 1 g Oregano, getrocknet, gerebelt)
- ▶ 500 g Tomaten (passiert)
- ▶ 300 ml Gemüsebrühe
- ▶ Salz
- ▶ 2 Langpaprika (rot)
- ▶ 12 Champignons (klein)
- ▶ 2-3 EL Maiskörner (aus der Dose)
- ▶ 4 Scheiben Ciabatta (alternativ Fladenbrot)
- ▶ 60 g Reibekäse
- ▶ 8 Mozzarella-Bällchen
- ▶ Ein paar Blättchen Basilikum

Zubereitungszeit

 45 Minuten

Brot-Lasagne

In dieser Lasagne ersetzen Brotscheiben die Nudelblätter. Sie saugen saftig die Bolognese-Soße auf, dazwischen cremig schmelzender Käse – ein Genuss.

Zutaten (für 4-6 Portionen)

- ▶ 2 Zwiebeln
- ▶ 1 Knoblauchzehe
- ▶ Salz
- ▶ 3 EL Olivenöl
- ▶ 500 g Hackfleisch
- ▶ 2 EL Tomatenmark (doppelt konzentriert)
- ▶ 450 g Tomaten (stückig, aus der Dose)
- ▶ 400 ml Wasser (kalt)
- ▶ 500 g Tomaten
- ▶ 400 g Mozzarella
- ▶ 350-400 g Weißbrot (alternativ Mischbrot)
- ▶ 200 g Reibekäse
- ▶ Einige Blättchen Basilikum

● Zwiebel und Knoblauch pellen, fein würfeln und salzen.

● Öl in einer großen Pfanne mit hohem Rand erhitzen.

● Zwiebeln, Knoblauch und Hackfleisch darin krümelig hellbraun braten. Austretende Flüssigkeit einfach verdampfen lassen.

● Das Tomatenmark unterrühren, dann die Dosen-Tomatent. Wasser zugießen und die Masse offen bei milder Hitze 45 Minuten dicklich einköcheln lassen, dabei ab und zu umrühren.

● Rechtzeitig den Ofen auf 180°C Umluft vorheizen.

● Tomaten und Mozzarella in Scheiben schneiden und leicht salzen, dann beiseite stellen.

● Das Brot in möglichst dünne Scheiben schneiden.

● Die Fleischsoße mit Salz abschmecken und abwechselnd mit Brotscheiben, Tomatenscheiben, Käse und Mozzarellascheiben in einer Auflaufform schichten, mit Käse abschließen.

● Die Auflaufform in den Ofen geben und auf der mittleren Schiene 30-35 Minuten backen.

● Lasagne mit Basilikum bestreut servieren. ■

Zubereitungszeit



90 Minuten







Süße Dänen-Stulle mit Apfelkompott

Das süße Rezept ist im Grunde ganz einfach zubereitet. Es lohnt sich, dafür selbst Apfelkompott zu kochen.



☉ Für das Kompott die Äpfel schälen, entkernen und das Fruchtfleisch würfeln.

☉ Die Apfelstücke mit dem Saft der Zitrone, Apfelsaft und 2 EL Rohrzucker in einem Topf mischen und zugedeckt 3 Minuten, dann offen weitere 3-4 Minuten unter Rühren schmoren. Das Apfelkompott beiseite stellen und abkühlen lassen.

☉ 1 EL Rohrzucker mit Zimt mischen.

☉ Die Sahne mit dem Handrührgerät cremig aufschlagen.

☉ Die Blaubeeren waschen und abtropfen lassen.

☉ Öl und Butter in einer Pfanne aufwallen lassen, die Zopfbrote darin bei mittlerer Hitze von jeder Seite 1-2 Minuten rösten.

☉ Jede Scheibe jeweils auf einen Teller legen, mit Apfelkompott und Schlagsahne toppen, mit Blaubeeren garnieren, mit Zimtzucker bestreuen und sofort servieren. 🍰

Zutaten (für 6 Portionen)

- ▶ 650 g Apfel (zum Beispiel Boskop)
- ▶ Saft von 1 Zitrone
- ▶ 100 ml Apfelsaft
- ▶ 3 EL brauner Zucker
- ▶ 2-3 Messerspitzen Zimtpulver
- ▶ 150 ml Schlagsahne
- ▶ 150 g Blaubeeren (frisch)
- ▶ 1 EL Sonnenblumenöl (alternativ Rapsöl)
- ▶ 25 g Butter
- ▶ 4 Scheiben Zopfbrot

Zubereitungszeit



20 Minuten

(plus Kühlzeit für das Kompott)



NO KNEAD-REZEPT

kein Kneten erforderlich

Teig-Zutaten*

- ▶ 340 g Wasser (kalt)
- ▶ 350 g Weizenmehl 812 (alternativ Weizenmehl 1050)
- ▶ 50 g Roggenmehl 1150
- ▶ 50 g Dinkelmehl 630
- ▶ 50 g Hafermehl (alternativ 50 g feine Haferflocken, im Mixer zerkleinert)
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 1 g Frischhefe

Topping

- ▶ 30 g Saaten (nach Geschmack)

*Ergibt 9 Stück

Tipp

1 g Frischhefe entspricht in etwa der Größe einer Kichererbse. Als Saaten eignen sich zum Beispiel 15 g Sonnenblumenkerne und 15 g geschrotete Leinsamen.

Rezept & Bilder: Nadja Alessi

@little_kitchen_and_more

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	☆☆☆
Getreide:	Weizen, Dinkel, Roggen, Hafer
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	mittelfest
Zeit gesamt:	13,5 Stunden
Zeit am Backtag:	1,5 Stunden
Backzeit:	25 Minuten
Starttemperatur:	240°C
Backtemperatur:	230°C sofort
Schwaden:	nein



Mehrkornbrötchen

Es gibt einfache und schlichte Brötchen, die man ohne großen Aufwand herstellt und die trotzdem unglaublich gut schmecken. Die Mehrkornbrötchen werden nicht einmal geformt – stattdessen einfach den Teig mit Saaten bestreuen, Quadrate abstechen, fertig. Die simple Zubereitung tut dem Genuss keinen Abbruch. Im Gegenteil. Die Brötchen sind perfekte Begleiter für süße Aufstriche, aber auch ideal für herzhaftes Mahlzeiten.

- Alle Zutaten zu einer homogenen Masse mischen, bis keine Mehlneester mehr vorhanden sind. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur 12 Stunden gehen lassen, dabei nach 60 und 120 Minuten jeweils einmal dehnen und falten.
- Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und zu einem Quadrat von etwa 24 x 24 cm ausziehen. Dabei möglichst sanft vorgehen, ohne den Teig zu entgasen.
- Die Oberfläche des Teiges mit Wasser bestreichen und mit Saaten bestreuen.
- Vom großen Quadrat 9 kleine Quadrate zu je etwa 8 x 8 cm abstechen und auf ein mit Dauerbackfolie (alternativ Backpapier) ausgelegtes Blech legen. Die Teiglinge zugedeckt bei Raumtemperatur 30-40 Minuten gehen lassen.
- Rechtzeitig den Ofen auf 240°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Das Blech in den Ofen geben, die Temperatur auf 230°C reduzieren und 25 Minuten backen. ■



Zeitraster

20.00 Uhr
Teig ansetzen

Nächster Tag
8.10 Uhr
Brötchen formen

8.20 Uhr
Ofen vorheizen

8.50 Uhr
Backen

9.15 Uhr
Brötchen fertig

Die richtigen Stellschrauben kennen

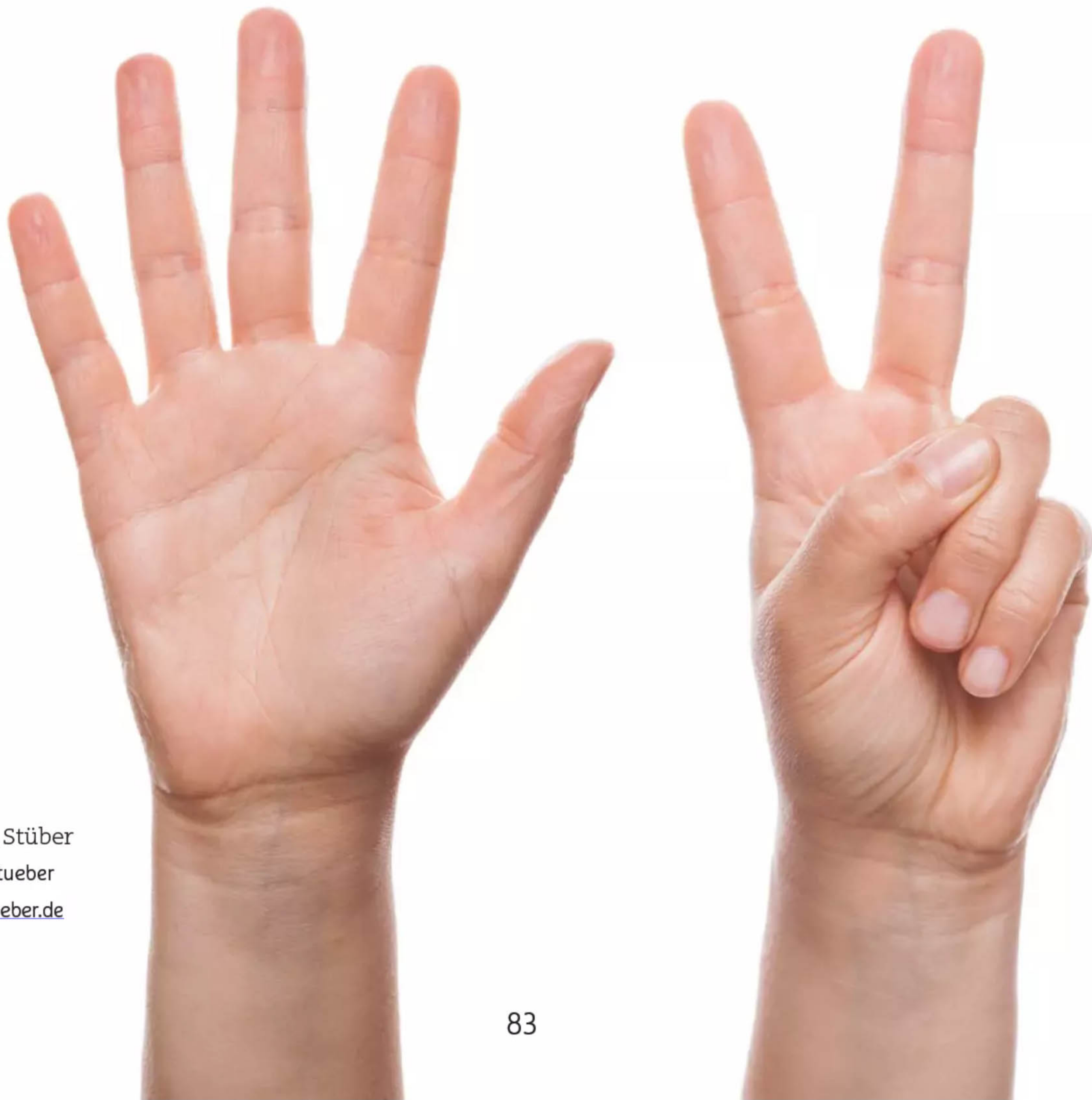
7 vermeidbare Fehler beim glutenfreien Backen

Der erste Versuch, ein glutenfreies Brot zu backen, ist gescheitert? Woran das gelegen hat, ist schleierhaft? Zugegeben, Backen ohne glutenhaltige Zutaten erfordert ein spezielles Vorwissen. Denn wenn man deren genaue Funktionen nicht kennt, fällt es schwer, einen passenden Ersatz zu finden. Weiß man aber um die entscheidenden Fehlerquellen und gelingt es, sie zu vermeiden, ist auch glutenfreies Backen kein Zauberwerk.

Glutenfreie Mehle haben ihre Besonderheiten. Ohne Gluten, also das Klebereiweiß, sind Teige oft weniger elastisch und stabil. Leider kann man das gewohnte glutenhaltige Mehl nicht einfach eins zu eins mit einem glutenfreien Mehl ersetzen. Je nachdem, was man backen möchte, braucht man eine spezielle Mehlmischung, in der die verschiedenen Funktionen

des glutenhaltigen Rohstoffes durch unterschiedliche Zutaten ersetzt werden. Hier die passende Kombination zu finden, birgt viele Fehlerquellen.

Und auch die Wasserbindefähigkeit ist von Mehl zu Mehl sehr unterschiedlich. Die richtige Menge an Flüssigkeit zu wählen, kann daher ebenfalls schwierig sein. Nicht selten geraten glutenfreie Teige zu krümelig, zu fest, zu klebrig oder zu flach. Temperaturen und Backzeiten korrekt zu bestimmen, ist eine weitere Herausforderung.



Text: Julia Stüber



@juliastueber



julia-stueber.de



Glutenfreie Zutaten erfordern oft etwas mehr Geschick und Kreativität

Unterm Strich erfordert glutenfreies Backen viel Sorgfalt und Planung. Mit etwas Geduld, Experimentierfreudigkeit und diesen Tipps können jedoch die typischen Fehler bei glutenfreien Backwaren vom Start weg vermieden werden.

1. Der Teig ist zu trocken

Glutenfreie Teige neigen zu Trockenheit, weil sie mehr Flüssigkeit als glutenhaltige Teige aufnehmen. Das liegt am oft hohen Stärkeanteil. In glutenhaltigen Teigen bindet das Klebereiweiß Wasser und verleiht dem Teig Elastizität. Um in glutenfreien Teigen eine bessere Textur zu erhalten, wird ihnen neben Mehl – beispielsweise aus Reis, Nüssen oder Pseudogetreide wie Buchweizen, Quinoa oder Amarant – Stärke beigesetzt, zum Beispiel in Form von Mais-, Kartoffel- und Tapiokastärke oder Maniokmehl.

Damit im Teig ausreichend Flüssigkeit enthalten ist, gibt man sie am besten löffelweise hinzu und kann

so sehr genau steuern, wie feucht der Teig wird. Auch die Verwendung von etwas mehr Fett – Butter oder Öl – hilft, mehr Saftigkeit ins Gebäck zu bringen. Joghurt, Bananen oder Sahne, aber auch Honig und Ahornsirup sind außerdem gute Feuchtigkeitsspende, die zusätzlich noch den Geschmack verbessern können. Die Zugabe von Ei verleiht dem Teig ebenfalls Saftigkeit.

Um den Teigling nicht trocken zu backen, sollte man das Gebäck nicht zu lange im Ofen lassen, denn auch da reagieren glutenfreie Backwaren empfindlich. Beim nächsten Backversuch empfiehlt es sich daher, die Backzeit nach und nach in Fünf- bis Zehn-Minuten-Schritten zu reduzieren, bis das Ergebnis stimmt.

2. Der Teig ist zu bröckelig

Glutenfreie Backwaren können leicht bröckelig werden. Dass das Backwerk auseinanderfällt, lässt sich durch die Kombination mehrerer glutenfreier Mehlsorten mit verschiedenen Backeigenschaften verhindern. Auch eine Mischung von Mehlen und Stärken kann sehr hilfreich





Gegen bröckeligen Teig helfen neben Agar-Agar oder Guarkernmehl unter anderem Bananen oder Apfelmus

sein. Sehr proteinreiche Bindemittel sind Eier, Chiasamen oder Leinsamen. Die beiden Saaten quellen in Flüssigkeit auf und erzeugen eine gelartige Substanz, die die Struktur verstärkt.

Weitere Bindemittel sind Xanthan, Agar-Agar und Guarkernmehl. Da sie sehr stark wirken, sollten sie nur in geringen Mengen verwendet werden. Andernfalls droht das Gebäck gummiartig und zäh zu werden. Auch Apfelmus und Bananen können verwendet werden und verleihen dem Teig gleichzeitig eine leicht fruchtige Note.

Glutenfreie Teige sollten nicht zu lange geknetet werden, denn sonst zerstört man möglicherweise die zaghaften Bindungen. Es reicht,



Der Teig ist nicht aufgegangen? Vielleicht wurde in diesem Fall zu viel oder zu wenig geknetet

den Teig nur so kurz zu vermischen oder zu kneten, bis alle Zutaten gerade eben vermengt sind.

3. Der Teig ist zu schwer

Glutenfreies Gebäck neigt zu dichter Krume, sie wirkt dadurch schwer und freudlos. Hier gilt es, die richtige Mischung aus schweren und leichten glutenfreien Mehlsorten zu finden sowie insgesamt mehr Luft in den Teig zu bringen. Backpulver oder Hefe helfen dabei, den Teig aufgehen zu lassen. Sauerteig ist eine weitere Möglichkeit, glutenfreie Teige leichter zu machen. Er lässt sich problemlos aus glutenfreiem Mehl herstellen.

Ein lockereres Gebäck erreicht man auch durch die Kombination von verschiedenen gluten-



Für ein lockeres Backprodukt kann Sauerteig sorgen



Ist der Teig zu klebrig, kann es helfen, ihn einige Minuten ruhen zu lassen, damit alle Zutaten ausreichend verquellen

freien Mehlsorten, wie zum Beispiel Reismehl, Buchweizenmehl und glutenfreies Hafermehl. Einige Mehle, wie etwa Kokosmehl, haben eine sehr dichte Textur und sollten daher nur in kleinen Mengen verwendet werden.

4. Der Teig geht nicht auf

Glutenfreie Teige gehen oft nicht so gut auf wie Teige mit Gluten. Ein ungünstiges Mengenverhältnis von Flüssigkeit und Mehl macht den Teig zu trocken oder zu feucht. Das kann ihn am Aufgehen hindern. Rezepte sollten daher zunächst genau befolgt und das Verhältnis von Flüssigkeit und Mehl nur dann schrittweise angepasst werden, wenn es erforderlich ist.

Hefe, Backpulver oder Natron erhöhen das Volumen des Teiges und helfen ihm beim Aufgehen. Wenn man nicht ausreichend Backtrieb-



Chia- und Leinsamen sind besonders proteinreiche Bindemittel

mittel verwendet oder darauf gar ganz verzichtet, bleibt der Teig flach. Bei Hefe und Backpulver ist darauf zu achten, dass sie glutenfrei sind.

Glutenfreier Teig sollte so lange geknetet werden, bis alle Zutaten gut vermischt sind und eine glatte und homogene Textur entsteht. Die Temperatur kann auch ein wichtiger Faktor sein, der beeinflusst, ob ein Teig aufgeht oder nicht. Steht er zu kalt, verlangsamt das die Prozesse. Wird er zu heiß gelagert, kann das zu schneller Übergare führen. Ideal sind Temperaturen zwischen 22 und 28°C.

5. Der Teig ist zu klebrig

Glutenfreie Mehlsorten haben oft eine höhere Klebrigkeit als glutenhaltige Varianten und lassen sich so schwieriger verarbeiten. Man kann in kleinen Schritten mehr glutenfreies Mehl zum Teig dazugeben, bis er nicht mehr klebt. Flüssigkeiten gibt man nur in kleinen Schritten hinzu. Zu feuchter Teig kann schnell kleben.

Xanthan- und Guarkernmehl sind Verdickungsmittel, die häufig in glutenfreien Backwaren benutzt werden, denn sie verbessern die



Wenn man die richtige Kombination aus Zutaten findet, gelingt auch das Backen glutenfreier Brote ohne größere Probleme



Herzhafte Backwaren lassen sich mit Gewürzen oder Kräutern wie Rosmarin verfeinern

Struktur des Teiges. Beide sollten aber nur sparsam zum Einsatz kommen, da sie dem Teig sonst eine gummiartige Konsistenz verleihen. Lässt man den Teig einige Minuten ruhen, gibt ihm das Zeit, die Flüssigkeit aufzunehmen, gut zu verquellen und stabiler zu werden.

Damit er beim Formen oder Ausrollen nicht kleben bleibt, hilft es, die Hände anzufeuchten. Alternativ kann man auch etwas glutenfreies Mehl auf der Arbeitsfläche, dem Nudelholz oder den Händen verteilen.

6. Der Teig schmeckt zu fade

Glutenfreies Gebäck kann flach im Geschmack bleiben, da glutenfreie Mehle nicht nur Feuchtigkeit, sondern auch andere Zutaten und Aromen geradezu „schlucken“. Geschmacklosen Backwaren kann man etwa durch Zutaten wie Vanilleextrakt, Zimt, Kardamom, Muskatnuss, Ingwer oder Zitronenschale zusätzliches Aroma verleihen. Früchte sorgen für Süße und einen charakteristischen Geschmack. Das können zum Beispiel frische Beeren, Äpfel oder Trockenobst wie Rosinen, Datteln und Aprikosen sein.

Gewürze und Kräuter wie Thymian, Rosmarin, Oregano oder Basilikum geben herzhaften Backwaren den letzten Schliff. Wenn das verwendete glutenfreie Mehl keinen signifikanten Geschmack hat, lohnt es sich, andere Mehle oder Mehlmischungen auszuprobieren, die durch mehr Aroma überzeugen, wie beispielsweise Buchweizen- oder Hirsemehl. Auch eine kleine Extra-Prise Salz kann bei einem glutenfreien Teig als Geschmacksverstärker dienen.

7. Das Gebäck ist gummiartig

Glutenfreie Backwaren können aus verschiedenen Gründen gummiartig werden. Eine Ursache ist der



Ist das Backergebnis zu fade im Geschmack, können aromatische Zutaten wie Zimt oder Muskatnuss den Unterschied machen

Einsatz von zu viel Bindemittel wie Xanthan- oder Guarkernmehl. Eine andere: zu viel Flüssigkeit im Teig. Auch ein zu langes Kneten des Teiges kann ein möglicher Grund sein. Beim nächsten Versuch sollte man daher kürzer kneten und dem Teig etwa 30 Minuten Ruhe vor dem Backen geben – das hilft, eine gummiartige Struktur zu vermeiden.

Nicht alle glutenfreien Mehle eignen sich für jedes Rezept. Eine mögliche Lösung besteht darin, ein anderes glutenfreies Mehl oder eine Kombination von Mehlen auszuprobieren, um eine bessere Textur zu erzielen. Gummiartig kann der Teig außerdem werden, wenn er zu lange gebacken wurde. Hier sollte man sich nicht auf die bisherigen Erfahrungen mit glutenhaltigen Teigen verlassen und die Backzeit beim nächsten Versuch entsprechend reduzieren.

Leckere glutenfreie Gebäcke sind in einigen Punkten schwieriger herzustellen als ihre glutenhaltigen Pendanten. Aber wenn man sich nicht von Misserfolgen abhalten lässt und den Dreh einmal raus hat, gelingt auch glutenfreies Backen erfolgreich. ■



Die beste Lehrkraft bleibt die Erfahrung. Von Fehlschlägen sollte man sich nicht entmutigen lassen

Anzeige



Brot backen ist eine Leidenschaft!

Das Reinigen von Schüsseln und Händen muss jedoch keine Qual sein.







5% Rabatt mit "PIZZA5" auf www.teiger.de



Glutenfrei



Tipp

Wer es süßer mag, der kann die Zuckermenge noch erhöhen.

Teig-Zutaten*

- ▶ 300 g Wasser (lauwarm)
 - ▶ 150 g Reismehl Vollkorn
 - ▶ 100 g Hirsemehl
 - ▶ 30 g Butter-Ersatz (weich, vegan)
 - ▶ 20 g Vollrohrzucker (alternativ Rohrohrzucker)
 - ▶ 15 g Flohsamenschalen (gemahlen)
 - ▶ 10 g Frischhefe
 - ▶ 1 Prise Salz
- Spätere Zugabe
- ▶ 50 g Rosinen

*Ergibt 6 Stück

Rezept & Bild: Mareike Kriesten

@meergruenes

/meergruenes

meergruenes.de

*Für Einsteiger
geeignet*

Schwierigkeitsgrad: ★☆☆

Getreide: glutenfrei

Triebmittel: Hefe

Teigkonsistenz: weich

Zeit gesamt: 3-4 Stunden

Zeit am Backtag: 3-4 Stunden

Backzeit: 35-40 Minuten

Starttemperatur: 180°C

Backtemperatur: 180°C

Schwaden: nein

Rosinenbrötchen

Wenn der Duft von frisch gebackenen Brötchen durch die Küche zieht, kann niemand widerstehen. Besonders verlockend ist Rosinen-Gebäck, das dank der süßen Trockenfrüchte im Teig einen besonderen Geschmack entfaltet. Die leicht nussige Hirse verkörpert hier den perfekten Gegenspieler. Ob zum Frühstück, als Snack zwischendurch oder zum Kaffee – Rosinenbrötchen passen immer.

- Die Hefe im Wasser auflösen, alle restlichen Zutaten – außer Rosinen – in die Knetschüssel geben und gut vermischen. Das Hefe-Wasser-Gemisch zugeben und den Teig auf langsamer Stufe 5 Minuten kneten.
- Die Rosinen hinzugeben und auf langsamer Stufe 1 Minute unterkneten.
- Den Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben, in 6 gleich große Stücke à zirka 95 g teilen, diese jeweils rundschleifen und mit Schluss nach unten auf ein mit einer Dauerbackmatte (alternativ Backpapier) ausgelegtes Backblech geben. Die Teiglinge zugedeckt bei Raumtemperatur 2-3 Stunden gehen lassen.
- Rechtzeitig den Backofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Die Teiglinge großzügig mit Wasser bestreichen, in den Ofen geben und 35-40 Minuten backen. ■

Gewürzbrot mit Sauerkraut

Fermentiertes Kraut ist fester Bestandteil der heimischen Küche im deutschsprachigen Raum. Als Beilage passt es zu vielen Fleischgerichten, aber auch zu vegetarischen Gerichten. Sauerkraut ist reich an Milchsäure, Vitaminen sowie Mineralstoffen und zugleich äußerst kalorienarm. Es schmeckt nicht nur als Beilage köstlich, sondern lässt sich auch wunderbar in Brot verarbeiten. Das Kraut verleiht dem Gebäck eine äußerst saftige Krume und schmackhafte Würze.

- 🕒 Den Sauerkrautsaft mit der Hefe verrühren, dann alle Mehle sowie Brotgewürz, Salz und gemahlene Flohsamenschalen hinzugeben und auf langsamer Stufe 5 Minuten kneten.
- 🕒 Das Sauerkraut zugeben, den Teig 1 Minute auf schnellerer Stufe kneten und zugedeckt bei Raumtemperatur 60 Minuten gehen lassen.
- 🕒 Den Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben und langwirken.
- 🕒 Die Oberseite des Teiglings leicht befeuchten, in Haferflocken wälzen und den Teigling mit Schluss nach oben zugedeckt in einem Gärkorbchen bei Raumtemperatur 4-5 Stunden gehen lassen.
- 🕒 Rechtzeitig den Ofen auf 200°C Umluft vorheizen.
- 🕒 Das Brot behutsam aus dem Gärkorbchen stürzen, in den Ofen geben und 80 Minuten backen. 🍞

Vorteig

- ▶ 250 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 250 g Reismehl Vollkorn
- ▶ 2 g Frischhefe

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

Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ 200 g Sauerkrautsaft
- ▶ 50 g Kastanienmehl
- ▶ 50 g Buchweizenmehl
- ▶ 50 g Braunhirsemehl
- ▶ 20 g Flohsamenschalen (gemahlen)
- ▶ 10 g Brotgewürz
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 5 g Frischhefe

Spätere Zugabe

- ▶ 100 g Sauerkraut (aus dem Glas, gut ausgedrückt, fein gehackt)
- ▶ Topping
- ▶ 20 g Haferflocken

Rezept & Bild:
Melanie &
Yasmin Köhler

 @zoelisisters
 zoelisisters.at

*Für Einsteiger
geeignet*

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	glutenfrei
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	mittelfest, bindig
Zeit gesamt:	19-20 Stunden
Zeit am Backtag:	7-8 Stunden
Backzeit:	80 Minuten
Starttemperatur:	200°C
Backtemperatur:	200°C
Schwaden:	nein



Zeitraster

20.00 Uhr
Vorteig ansetzen

Nächster Tag
8.00 Uhr
Hauptteig ansetzen

9.15 Uhr
Brot formen

14.00 Uhr
Ofen vorheizen

14.30 Uhr
Backen

15.50 Uhr
Brot fertig

Kräuterpaste

- ▶ 20 g Olivenöl
- ▶ 10 g Petersilie (gehackt)
- ▶ 2 g Salz

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt bei Raumtemperatur bis zur weiteren Verwendung zur Seite stellen.

Tomatenpaste

- ▶ 20 g Tomatenmark
- ▶ 10 g Olivenöl
- ▶ 2 g Salz
- ▶ 2 g Sambal Oelek

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt bei Raumtemperatur bis zur weiteren Verwendung zur Seite stellen.

Hauptteig

- ▶ 600 g Wasser (lauwarm)
- ▶ 10 g Frischhefe
- Spätere Zugabe**
- ▶ 250 g Hirsemehl
- ▶ 200 g Buchweizenmehl
- ▶ 30 g Flohsamenschalen (gemahlen)
- ▶ 20 g Goldleinsaat (gemahlen)
- ▶ 20 g Olivenöl
- ▶ 20 g Apfelessig
- ▶ 10 g Salz

Topping

- ▶ 30 g Mohnsaat
- ▶ 30 g Sesamsaat

Rezept & Bild: Nadine Metz

Instagram: @glutenfreibackenmitnadine

Facebook: /glutenfreibackenmitnadine

Web: glutenfreibackenmitnadine.de

Schwierigkeitsgrad: ★★★

Getreide: glutenfrei

Triebmittel: Hefe

Teigkonsistenz: bindig

Zeit gesamt: 4 Stunden

Zeit am Backtag: 4 Stunden

Backzeit: 45 Minuten
+ 30 Minuten Abkühlzeit

Starttemperatur: 200°C

Backtemperatur: 200°C

Schwaden: nein



In Amerika wird das Monkey Bread, zu Deutsch Affenbrot, gerne zum Frühstück gereicht. Zu vielen anderen Anlässen zählt das weiche, meist süß servierte Gebäck ebenfalls einfach dazu. Man kann es in der süßen Variante zubereiten, ihm aber auch mit einer herzhaften Marinade eine besondere Note verleihen. Geformt wird das Brot aus vielen kleinen Brötchen. In Summe ergeben sie das perfekte Partybrot.

☉ Die Hefe im Wasser auflösen.

☉ Alle Mehle, Flohsamenschalen, Leinsaat und Salz gründlich mischen und dann mit den restlichen Zutaten zum Hefegemisch geben. Den Teig auf langsamer Stufe 1 Minute mischen und auf schneller Stufe 3 Minuten kneten.

☉ Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, von oben mit Mehl bestäuben, in 32 gleich große Teiglinge à zirka 35 g teilen und diese jeweils rundschleifen.

☉ 8 Teiglinge in Wasser tauchen, kurz abtropfen lassen und in Mohnsaat wälzen. 8 Teiglinge in Wasser tauchen, kurz abtropfen lassen und in Sesamsaat wälzen. 8 Teiglinge mit der Kräuterpaste und die letzten 8 mit der Tomatenpaste ummanteln.

☉ Eine mit Olivenöl gefettete Gugelhupfform (Durchmesser 24 cm) abwechselnd mit den ummantelten Teigkugeln auffüllen und zugedeckt bei Raumtemperatur 120 Minuten gehen lassen.

☉ Rechtzeitig den Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

☉ Die Form mit den Teiglingen in den Ofen geben und 45 Minuten backen.

☉ Das Brot 30 Minuten in der Form abkühlen lassen und erst dann aus der Form stürzen. ■



Das Brot ist perfekt, um glutenfreie Sauerteigreste zu verbacken, die sich bei der Pflege über die Zeit ansammeln. Das im Kühlschrank länger aufbewahrte Anstellgut hat zwar so gut wie keine Triebkraft mehr, verleiht dem Brot aber zusätzliches Aroma. Je nach Jahreszeit und Geschmacksvorlieben können unterschiedliche frische Kräuter zum Einsatz kommen. So nimmt man zum Beispiel einfach, was auf dem Balkon oder im Garten saisonal gerade sprießt.

Alle Zutaten auf langsamer Stufe 4 Minuten mischen. Den Teig 60-120 Minuten zugedeckt bei Raumtemperatur anspringen lassen und dann für 20-24 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Den Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben, rundformen und in einem bemehlten Gärkorbchen mit Schluss nach oben 2-3 Stunden bei Raumtemperatur zur Gare stellen.

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

Den Teigling sanft aus dem Gärkorbchen stürzen, einschneiden und unter kräftigem Schwaden in den Ofen geben. Nach 10 Minuten den Schwaden ablassen und die Temperatur auf 210°C reduzieren, weitere 45 Minuten backen. ■

Mehlmischung

- ▶ 100 g Buchweizenmehl
- ▶ 100 g Reismehl Vollkorn
- ▶ 100 g Hirsemehl
- ▶ 100 g Goldleinsamenmehl
- ▶ 70 g Kartoffelstärke
- ▶ 30 g Maismehl
- ▶ 10 g Flohsamenschalen (gemahlen)
- ▶ 11 g Salz

Die Zutaten gründlich mischen.

Brühstück

- ▶ 60 g Wasser (kochend)
- ▶ 40 g Haferflocken

Die Zutaten gründlich mischen und 120 Minuten zugedeckt bei Raumtemperatur quellen lassen.

Hauptteig

- ▶ Mehlmischung
- ▶ Brühstück
- ▶ 340 g Wasser (warm)
- ▶ 250 g Buttermilch (kalt)
- ▶ 150 g Anstellgut (TA 200)
- ▶ 30 g Kräuter (frisch)
- ▶ 10 g Honig
- ▶ 10 g Rapsöl
- ▶ 3 g Frischhefe

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	glutenfrei
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	mittelfest
Zeit gesamt:	26-32 Stunden
Zeit am Backtag:	3-4 Stunden
Backzeit:	55 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	210°C nach 10 Minuten
Schwaden:	beim Einschießen, nach 10 Minuten ablassen



Zeitraster

16.00 Uhr
Brühstück herstellen

18.00 Uhr
Hauptteig ansetzen

Nächster Tag
16.00 Uhr
Brot formen

18.30 Uhr
Ofen vorheizen

19.00 Uhr
Backen

20.00 Uhr
Brot fertig



**Für Einsteiger
geeignet**

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Teigkonsistenz:	mittelfest, bindig
Zeit gesamt:	3 Stunden
Zeit am Backtag:	3 Stunden
Backzeit:	55 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	230°C, nach 15 Minuten
Schwaden:	beim Einschießen

Brösmeli

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. Brösmeli ist Schweizerdeutsch und bedeutet in etwa Semmelbrösel. Geröstetes und gemahlenes Altbrot wird als Brösmeli-Quellstück zum Teig hinzugefügt. So erhält das Brot zusätzlichen Geschmack, eine tolle Farbe – und es kann mehr Wasser binden.

Quellstück

- ▶ 200 g Wasser (heiß)
- ▶ 100 g Altbrot (geröstet, gemahlen)

Die Zutaten gründlich mischen und zugedeckt bei Raumtemperatur 15 Minuten quellen lassen.

Hauptteig

- ▶ Quellstück
- ▶ 260 g Wasser (kalt)
- ▶ 400 g Weizenmehl 812 (alternativ Weizenmehl 1050)
- ▶ 100 g Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 12 g Frischhefe
- ▶ 11 g Salz
- ▶ 5 g Backmalz (inaktiv, alternativ 5 g Honig)

Topping

- ▶ 20 g Sesamsaat

- Alle Zutaten 5 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann 4 Minuten auf schnellerer Stufe kneten. Den Teig zugedeckt bei Raumtemperatur 45 Minuten gehen lassen.
- Den Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben und rundwirken.
- Die glatte Oberseite des Teiglings mit Wasser bestreichen und mit Sesamsaat bestreuen. Mit Schluss nach oben in einem bemehlten Gärkorbchen bei Raumtemperatur 40 Minuten gehen lassen.
- Rechtzeitig den Backofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Den Teigling sanft aus dem Gärkorbchen stürzen, einschneiden, unter Schwaden in den Ofen geben und 15 Minuten backen. Die Temperatur auf 230°C reduzieren und weitere 40 Minuten backen. ■

Rezept & Bild: Nadja Alessi

 @little_kitchen_and_more

 little-kitchen-and-more.com

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 **BROT**Sonderheft „Schnelles BROT“. Erhältlich unter brot-magazin.de/einkaufen



Zeitraster

8.00 Uhr
Quellstück ansetzen

8.20 Uhr
Hauptteig ansetzen

9.15 Uhr
Brot formen

9.35 Uhr
Ofen vorheizen

10.05 Uhr
Backen

11.00 Uhr
Brot fertig

Rezept & Bild: Valesa Schell

 @brotbackliebeundmehr

 /groups/brotbackliebeundmehr

Kochstück

- ▶ 220 g Wasser (kalt)
- ▶ 100 g Instant-Polenta

Polenta in das Wasser einrühren, aufkochen und 2 Minuten köcheln lassen. Den Deckel auf den Topf setzen, vom Herd nehmen, die Polenta 60-120 Minuten quellen und abkühlen lassen.

Hauptteig

- ▶ Kochstück
- ▶ 120 g Wasser (kalt)
- ▶ 200 g Weizenmehl 1050
- ▶ 200 g Dinkelmehl Vollkorn
- ▶ 100 g Schmand (Raumtemperatur)
- ▶ 6 g Zuckerrübensirup
- ▶ 4 g Frischhefe

Spätere Zugabe

- ▶ 20 g Butter (kalt, in Stückchen)
- ▶ 12 g Salz

*Für Einsteiger
geeignet*

Schwierigkeitsgrad: ★★★

Getreide: Weizen, Dinkel

Triebmittel: Hefe

Teigkonsistenz: mittelfest

Zeit gesamt: 7,5-8,5 Stunden

Zeit am Backtag: 7,5-8,5 Stunden

Backzeit: 50 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 200°C
nach 10 Minuten

Schwaden: beim Einschießen



Polenta-Schmand-Kruste

Polenta ist eine hervorragende Zutat für Brote. Der Maisgrieß wird vorher gekocht, jedoch mit ein wenig Biss, und kommt dann abgekühlt zum Teig. Er verleiht dem Gebäck ein vollmundiges Aroma. In diesem Brot trifft er auf eine ausgewogene Mischung aus Weizen und Dinkel. Sahnig-säuerlichen Geschmack bringt außerdem Schmand in den Laib und rundet sein Aroma ab.

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

● Das Salz zugeben und den Teig auf schnellerer Stufe 3 Minuten kneten.

● Den Teig weitere 4 Minuten auf schnellerer Stufe kneten, dabei nach und nach die Butter zugeben. Den Teig in eine leichte geölte Schüssel geben, einmal rundum falten und zugedeckt bei Raumtemperatur 4 Stunden gehen lassen, dabei nach 60 und 120 Minuten jeweils einmal dehnen und falten.

● Den Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben, rundwirken und 5 Minuten entspannen lassen. Anschließend nochmal straff rundwirken und mit Schluss nach unten in einem bemehlten Gärkorbchen bei Raumtemperatur 45-60 Minuten gehen lassen.

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

● Den Teigling vorsichtig aus dem Gärkorbchen stürzen, unter Schwaden in den Ofen geben und 10 Minuten backen. Die Temperatur auf 200°C reduzieren und weitere 40 Minuten backen. ■

Tipp

Wer statt vorgegartener Instant-Polenta normale Polenta nutzt, muss sie zirka 20 Minuten mit der vierfachen Wassermenge kochen. In diesem Fall etwas von der Flüssigkeit für den Hauptteig zurückhalten und erst nach dem ersten Kneten dazugeben, wenn der Teig noch weitere Flüssigkeit benötigt.

Zeitraster

8.00 Uhr
Kochstück ansetzen

10.00 Uhr
Hauptteig ansetzen

14.30 Uhr
Brot formen

15.00 Uhr
Ofen vorheizen

15.30 Uhr
Backen

16.20 Uhr
Brot fertig

Glossar

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

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

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

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



Ausstoßen – Während oder nach der Stockgare wird der Teig entweder mehrmals mit der Faust ausgestoßen/eingedrückt oder kurz kräftig durchgeknetet. Ziel ist das Entgasen und Straffen des Teiges. Dabei wird einerseits das Gargas 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 verrührt und 20 bis 60 Minuten abgedeckt ruhen gelassen. In dieser Zeit quellen Stärke und Eiweiße mit Wasser. Das Klebereiweiß verkettet sich zu langen Klebersträngen (Glutenstränge). Die Autolyse dient zur Geschmacksverbesserung bei direkt geführten Teigen. Sie soll außerdem das Gebäckvolumen und die Kruste verbessern. Ziel der Autolyse ist, das Klebergerüst von Weizenteigen aufzubauen. Sie hat den Vorteil, dass der Teig kürzere Zeit geknetet werden muss, da er bereits einen Teil seiner Struktur aufgebaut hat.

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 Kornes 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 röschter. 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 gedarrt, 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 gröberer Brotbestandteile (z.B. Körner, Saaten, Schrote). Für ein Brühstück werden die festen Bestandteile im Verhältnis von zirka 1:1 bis 1:3 mit kochendem Wasser vermischt und mindestens 2-6 Stunden quellen gelassen. Würden die groben Bestandteile nicht verquollen, würde der Wassergehalt im Teig sinken und der Teig durch Nachquellung zunehmend fester und trockener werden. Neben Schrot kann auch getrocknetes und gemahlenes Brot überbrüht werden. Dieses Altbrot bindet etwa die dreifache Menge seines Eigengewichtes an Wasser.

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

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

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

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

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

Falten – siehe **Dehnen und Falten**



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 Hydration 70%.

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

Japanische Hefe (Tennen Kobo Okoshi) – Triebmittel nach einem Rezept von Satoko Shinke, vorgestellt in **BROT** 6/2017. Dabei wird zunächst ein Rosinenhefewasser angesetzt. 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 Teigaufarbeitung.

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

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


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



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

Quellstück – Gehört zur Gruppe der Nullteige innerhalb der Vorstufen und dient der Verquellung gröberer 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 Krallenform, damit die Finger etwas unter den Teig kommen. Der Teigling bekommt so eine kugelige (Brötchen-)Form und es wird Spannung aufgebaut.

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

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




<http://tinyurl.com/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 Einschließen 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 Gebäudeigenschaften wird die Dauer der Gärphase festgesetzt. Während der Teigruhe reift der Teig. Insbesondere verquellen die Mehlbestandteile, bei kleberwirksamen Mehlen entspannt das Klebergerüst. Außerdem wird die Reifung auch zum Vermehren der Hefen genutzt. Ideale Temperaturen für die Stockgare liegen zwischen 20° und 28°C. Bei kühler Führung (4-10°C) über mindestens 6-8 Stunden entstehen während der Stockgare vielfältige Aromen. Die Stockgare kann durch Teigbearbeitungsprozesse (Dehnen und Falten) unterbrochen werden, um den Teig zu straffen, die Teigtemperatur zu vergleichmäßigen, die Teigstruktur zu beeinflussen und durch Gasaustausch den Stoffwechsel der Hefen anzuregen.



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

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

Mit folgender Formel lässt sich die TA berechnen:
$$100 \times (\text{Wassermenge} + \text{Mehlmenge}) / \text{Mehlmenge} = \text{TA}.$$

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

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

Tourieren – Herstellungsprozess für Blätter- und Plunder-teige (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

BROT gibt es sechsmal jährlich.
Die nächste Ausgabe erscheint
am 14.09.2023

Digital-
Ausgabe
erhältlich ab
01.09.2023

Darum geht es unter anderem:



- Backen mit Hafer – Besonderheiten eines nahrhaften Getreides



- Backmittel – was sie bewirken und wie man sie ersetzen kann



- Die Cibaria-Bäckerei – wie Rike Kappler ihren Traum verwirklichte



- Kastenbrote – was man beim Backen beachten muss

HERAUSGEBER
Sebastian Marquardt, Tom Wellhausen

REDAKTION
Mundsbürger 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
Bäbel Adelhelm, Nadja Alessi, Silke
Binte-Braun, Gerda Göttling, Melanie &
Yasmin Köhler, Mareike Kriesten,
Sebastian Krist, Mathias Loidl, Nadine
Metz, Karl Oppenkamp, Stevan Paul,
Denise Pissula-Wälti, David Ruppert,
Valesa Schell, Tanja Schlund, Dieter
Stegmaier, Julia Stüber, Andrea Thode,
Marta Ullmann, Alexandra Wojna

FOTOS
InesReinisch, OdetteWeedon,
stock.adobe.com: ALF photo, Christian Jung,
Daniel Vincek, dima_pics, Elena Milevska,
fotogestoeber, GCapture, GCapture,
innazagorulko, ismishko, luciepeclava,
Natalya, nbxer, OlegD, Pixel-Shot,
Printemps, Quality Stock Arts, Sandor
Jackal, Thomas von Stetten, valery121283

VERLAG
Wellhausen & Marquardt
Mediengesellschaft bR
Mundsbürger Damm 6
22087 Hamburg

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

GESCHÄFTSFÜHRER
Sebastian Marquardt
post@wm-medien.de

VERLAGSLEITUNG
Christoph Bremer

ANZEIGEN
Christoph Bremer (Leitung)
Sven Reinke
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

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 Erstveröffentlichun-
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

Jetzt bestellen

Picknick Brot

Gesund und bekömmlich backen

www.brot-magazin.de

Mehr als 40 Rezepte gelingsicher, kreativ & leicht umsetzbar

Brot, Gebäck und Beilagen fürs Essen im Grünen

Schmackhaftes für unterwegs

Würzige Wecken	Aromatische Focaccia	Leckere Aufstriche	Fluffiges Sandwichbrot	Kuchen im Glas
Schmackhafte Salate	Fruchtige Limonade	Krosses Baguette	Pikante Bröche	Mixed Pickles

9,90 EUR
A: 10,90 Euro, CH: 15,10 sFR, BeNeLux: 11,70 Euro

Ein Sonderheft von **Brot & SPEISEKAMMER**

Sommerzeit ist Picknickzeit. Mit Familie und dem Freundeskreis unterwegs, braucht es gutes Brot oder Brötchen, Fingerfood sowie frische Beilagen für jeden Geschmack. Das neue SPEISEKAMMER- und BROTSonderheft PicknickBROT bietet dafür reichlich Inspiration. Ganz gleich, ob an einem schattigen Plätzchen im Grünen, einem Rastplatz unterwegs oder der Wiese am Badensee – alles muss rein in den Korb und gut verschlossen transportiert werden können. Auf das volle Aroma frisch gebackenen Brotes, von Wraps, Sandwiches und schmackhaften Aufstrichen sowie auf selbst gemachte Beilagen, knackiges Obst, Gemüse sowie Wurst, Käse und Co. muss dabei niemand verzichten. Im Sonderheft finden sich spannende Hintergrundartikel und mehr als 30 gelingsichere Rezepte.

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

Nichts zu Essen auf dem Tisch?



JETZT ABONNIEREN

**2 Ausgaben
für 6,90 Euro**
Im Schnupper-Abo
testen

- 10% sparen
- Keine Versandkosten
- Jederzeit kündbar
- Anteilig Geld zurück bei vorzeitiger Abo-Kündigung

www.1fachpizza.de | 040/42 91 77-110