



Land IDEE *Bröt* BACKEN

100 traditionelle Rezepte aus ländlichen Backstuben



Ein Sonderheft von *LandIDEE*

Neue Mix-Ideen



75 REZEPTE FÜR IHRE
MULTIFUNKTIONS-KÜCHENMASCHINE

Jetzt:
NEU
im Handel!

MEIN mix KOCHBUCH ist eine Marke der FUNKE Mediengruppe



Liebe Leserin, lieber Leser!

Dem Duft von frisch gebackenem Brot kann wohl kein Mensch widerstehen. Ich kenne keinen anderen Geruch, der so zuverlässig das Gefühl von Geborgenheit vermittelt – und sofort gefolgt wird von der Gier nach Brot mit Butter und vielleicht ein paar Krümeln Meersalz.

Besonders schön ist es, wenn so ein Brot auch noch in der eigenen Küche entstanden ist. Und das ist sehr viel einfacher, als man glauben möchte – und es muss nicht immer einen halben Tag in Anspruch nehmen. Wir haben in unserem Index (auf S. 160) dieses Mal die Rezepte nicht nur nach Alphabet, sondern auch nach Zubereitungszeit sortiert. So sehen Sie auf einen Blick, wie schnell das Brot fertig ist.

Außerdem haben wir uns dieses Mal auch an besonders kreativen Broten

versucht. Brot mit Grünkohl oder Roter Bete – das klingt doch spannend, oder? Ich werde sicher das Rezept mit der Roten Bete (auf Seite 87) austesten ...

Katrin Tempel
Katrin Tempel



Inhalt

SAUERTEIGBROT MIT MALZBIER & GEWÜRZEN

Seite 20



ERDBEERBROT IM GLAS GEBACKEN

Seite 118



VINSCHGAUER

Seite 57



Glossar	6	Grundzubereitung Topfbrot	40
Anstellgut? Brühstück? Schwaden? Wir erklären die wichtigsten Fachbegriffe rund ums Brotbacken		Grundzubereitung Ciabatta	42
☒ BROTKLASSIKER	12	Grundzubereitung Schüttelbrot	48
Wenige einfache Zutaten, Sauerteig oder Hefe als Triebmittel und Zeit brauchen unsere selbst gebackenen Brotklassiker		Gut zu wissen: Aus Backfehlern lernen	50
Sauerteigbrote	14	Kleines Backwerk	52
Hat man einmal einen Sauerteig angesetzt, kann man daraus eine Vielzahl herzhafter Brote backen		Handlich und perfekt für Brotzeit und Frühstück sind unsere Brötchen und Co.	
Grundzubereitung Sauerteig	18	Grundzubereitung Kartoffelbrötchen	60
Grundzubereitung Krustenbrot	24	Grundzubereitung Scones	62
Hefebrote	30	Grundzubereitung Milchbrötchen	70
Egal ob mit frischer oder Trockenhefe gebacken – Hefebrote begeistern viele mit ihrer luftigen Krume		Gut zu wissen: Teig richtig kneten	72
Grundzubereitung Toastbrot	36	☒ KREATIVE	
		BACKWERKSTATT	76
		Mit Kräutern, Gemüse oder süßen Zutaten geht es in der heimischen Backstube noch abwechslungsreicher zu	
		Raffinierte & Gemüsebrote	78
		Schön saftig und wunderbar würzig backen wir mit Gemüse, Kräutern, Käse und mehr	



**GUT ZU WISSEN:
TEIG RICHTIG KNETEN**
Seite 72



**BERLINER
SCHUSTERJUNGEN**
Seite 55



**GRUNDZUBEREITUNGEN:
ITALIENISCHER BROTSALAT**
Seite 152

Grundzubereitung Ofenzupfbrot	88
Brote für besondere Ansprüche	92
Für alle, die bei Brot genau auf die Inhaltsstoffe achten, haben wir Rezepte mit viel Eiweiß und ohne Gluten	
Grundzubereitung Brotwölkchen	96
Süße Brote	102
Nüsse, Schokolade, Gewürze und Trockenobst machen Brote zu leicht süßlichen Backleckereien	
Grundzubereitung Franzbrötchen	106
Grundzubereitung Bananenbrot	114
Grundzubereitung Croissant	116
Gut zu wissen: Nützlich & schön	122

BROT IN DER KÜCHE 124

Mit cremigen Aufstrichen wird das Brot zum leckeren Sandwich. Oder man verwendet es in der Küche als vielseitige Zutat

Sandwiches & Aufstriche	126
Cremes und Pasten sind die würzige Grundlage für vielseitig belegte Stullen für jeden Geschmack	
Grundzubereitung Strammer Max	132
Grundzubereitung Karamellaufstrich	140
Kochen mit Brot	142
Bleibt einmal Brot übrig, ist das gar nicht schlimm: Wir machen daraus Knödel, Salat und Aufläufe	
Grundzubereitung Brotsuppe	144
Grundzubereitung Brotsalat	152
Buchtipps und bestellbare Ausgaben	156
Brotrezepte nach Zeitaufwand	158
Rezeptindex von A bis Z	160
Vorschau und Impressum	162



VON A BIS Z: WISSENSWERTES
AUS DER BACKSTUBE

Brotwissen

Brot – was so einfach klingt, ist doch so komplex. Wir erklären die wichtigsten Begriffe und geben einige allgemeine Tipps, damit das Backwerk gut gelingt.





AUSBUND

Durch Einschnitte reißt die Kruste kontrolliert auf

ANBACKTEMPERATUR

Temperatur, bei der der Teigling in den Ofen kommt. Die höhere Temperatur in den ersten Minuten im Ofen stabilisiert den Teigling (vor allem bei weichen Teigen wichtig) und fördert den Ofentrieb. Bei vielen Rezepten wird nach einigen Minuten die Temperatur reduziert, um das Brot fertig zu backen. Hier spricht man dann von Ausbacktemperatur.

ANSTELLGUT

Der Rest vom Sauerteig, der nicht verbacken wird. Es ist ein aktiver Sauerteig, den man im Kühlschrank aufbewahrt. Will man ein Sauerteigbrot backen, bereitet man aus dem Anstellgut durch Zugabe von Mehl und Wasser einen Sauerteig zu und nimmt davon wiederum einige Esslöffel ab, um die Sauerteigkultur fortzuführen. Die genaue Anleitung gibt es auf S. 18.

AUSBUND

Wenn sich in der Kruste entweder kontrolliert oder zufällig ein Riss bildet, spricht man von einem Ausbund. Durch den Ausbund vergrößert sich die Oberfläche des Brotes und damit sein Aroma. Durch Einschniden kann die

Rissbildung gesteuert werden. Der Teig muss dafür straff geformt und der Ofen angemessen bedampft werden.

BÄCKERLEINEN

Ein Stück Leinentuch, in das die Teiglinge für kleineres Backwerk zur Stückgare gelegt werden. Der Stoff wird meist in Falten gelegt, in denen dann die Teiglinge ruhen. Der Stoff stabilisiert den Teig nicht nur, sondern schützt ihn während der Gare vor dem Austrocknen.

BACKPULVER

Wird beim Brotbacken vor allem dann eingesetzt, wenn es schnell gehen muss. Teige mit Backpulver als Triebmittel brauchen keine Ruhezeit, allerdings fehlt solchen Brötchen oft der typische Brotgeschmack und ihre Konsistenz erinnert eher an die von Kuchen.

BEDAMPFEN

Bedampfen oder Beschwaden nennt man das Backen mit Dampf. Durch ein Blech mit Wasser oder eine Tasse Wasser, die auf den Ofenboden geschüttet wird, bildet sich im Ofen Wasserdampf. Beim Brotbacken sorgt das für eine knusprige Kruste, ein optimales Volumen und



BÄCKERLEINEN

Der straff gewebte Stoff schützt die Teiglinge

einen schönen Brotglanz. In der zweiten Backphase wird der Schwaden meist abgelassen.

BRÜHSTÜCK

Werden Getreideprodukte wie Schrot oder Flocken zum Quellen mit siedender Flüssigkeit übergossen, spricht man vom Brühstück. In den Teig geknetet, sorgt es für eine bessere Bekömmlichkeit und mehr Feuchte im Brot.

GARE

Mit Gare bezeichnet man die Geh- bzw. Ruhezeit zwischen der Zubereitung des Teiges und dem Backen. Für das Gelingen des Backwerks ist sie von entscheidender Bedeutung.



GARE

Die meisten Teige müssen ruhen

GÄRKORB

Runder oder länglicher Korb aus Peddigrohr, Holzschilf oder Kunststoff, in dem der Teig gehen kann, dabei vor dem Austrocknen geschützt wird und die typische kreisförmige Zeichnung erhält.

HEFE

Die Grundlage für die heutige Backhefe waren ursprünglich Hefen zur Bierherstellung. Backhefe zeichnet sich heute durch eine hohe Trieb-



GÄRKORB

Die Körbe geben dem Teig eine typische Ringzeichnung

kraft und wenige kleberabbauende Enzyme aus. Man unterscheidet zwischen Frisch- und Trockenhefe, wobei 1 g Trockenhefe etwa 3 g Frischhefe entspricht. Im Brot sollte man nicht mehr als 3 Prozent Frischhefe (im Verhältnis zur gesamten Menge an Getreidebestandteilen) verbacken werden. Die optimale Temperatur, damit die Hefe arbeitet und der Teig aufgeht, liegt bei 32 Grad.



HEFE

fühlt sich bei 32 Grad sehr wohl



KRUME

Als Krume bezeichnet man das Innere des Brotes. Es kann eher fest oder weich, fein- oder grobporig und gleichmäßig oder ungleichmäßig sein.

KRUSTE

Die feste Rinde des Brotlaibs. Je stärker sie ist, desto länger hält das Brot frisch. Je dunkler sie ist, desto aromatischer schmeckt aufgrund der Röstaromen das Brot. Mehr Tipps für eine gute Kruste gibt es auf S. 24.

MEHLTYPE

Die Typenbezeichnung beim Mehl dient der Einteilung in verschiedene Sorten. Sie beschreibt den Mineralstoffgehalt in Milligramm pro 100 g. Je höher die Zahl, desto mehr Schalenanteile und damit Mineralstoffe des Korns sind enthalten. Mehle mit hohen Typen sind schwerer zu verbucken, aber geschmackvoller. Vollkornmehle haben keine Typbezeichnung, da bei ihnen das gesamte Korn vermahlen wird.

OFENTRIEB

Steht für die Volumenzunahme des Teiges während des Backens im Ofen und ist abhängig

von der Reife des Teiges, der Temperatur und der Bedampfung.

SAUERTEIG

Ein traditionelles Triebmittel für Brot, vor allem mit Roggenmehl. Der Ansatz aus Mehl und Wasser säuert durch Milchsäurebakterien, die natürlicherweise im Mehl enthalten sind. Je länger ein Sauerteig reift, desto geschmacksintensiver wird er und desto mehr treibt er.

VORTEIG

Sowohl für Hefe- als auch manche Sauerteigbrote setzt man oft einen Vorteig aus Mehl, Flüssigkeit und dem Triebmittel an. Im Vorteig beginnt Hefe bereits zu arbeiten. So erhält das Brot am Ende ein besseres Aroma, der Teig wird geschmeidiger und die Beschaffenheit von Krume und Kruste besser.

WIRKEN

Das Formen des Brotteiges vor dem Backen. Je nach Form des Laibes spricht man von Rund- oder Langwirken. Langes Kneten sorgt für einen geschmeidigen, stabilen und straffen Teig. Genaue Tipps, wie man weiche und feste Teige am besten knetet, finden Sie auf S. 72.



PROFI-TIPPS VON UNSEREM BÄCKER MARCUS SCHERPF

Erfolgsfaktor Zeit

Zeit ist beim Brot- oder Brötchenbacken einer der wichtigsten Faktoren. Da viele Brote mit Anstellgut oder Sauerteig gären, ist eine ausreichende Ruhezeit ganz entscheidend, um eine schöne und lockere Porung zu erzielen.

Die richtige Temperatur

Um ein optimales Ergebnis zu erhalten, ist nach einem langen Garprozess auch die richtige Ofentemperatur zu beachten. Industriebacköfen sind anders aufgebaut als herkömmliche Haushaltsöfen. Normale Brote werden mit Ober- und Unterhitze gebacken, in der Regel bei 220–230 Grad angebacken und dann bei 180–200 Grad fertig gebacken.

Dampf geben

Mindestens ebenso wichtig wie die richtige Hitze ist der dazugehörige Dampf. Bei normalen Öfen gibt man einfach eine Schüssel Wasser in ein hitzefestes Gefäß und stellt es auf den Ofenboden. Oder man nimmt eine Tasse Wasser und schüttet den Inhalt in die Fettpfanne

oder einfach auf den Ofenboden und gibt dann das Brot hinein. Nach circa 10 Minuten die Temperatur zurückdrehen, den Ofen kurz öffnen, damit der Wasserdampf entweichen kann, und dann bei trockener Hitze fertig backen.

Ein „glänzendes“ Ergebnis

Nach dem Backen kann man „glatte“ Brote noch mit Wasser abstreichen, sie bekommen dann einen schönen Glanz.

Die Klopfprobe

Sie sind sich nicht sicher, ob Ihr Backwerk bereits durchgebacken ist? Wenn man auf den Boden des Brotes klopft, kann man hören, ob es so weit ist: Es muss „hohl“ klingen.

Kross ist Trumpf

Die meisten wünschen sich eine krosse Kruste, deshalb sollte Kleingebäck immer resch angebacken werden. Wer Brötchen mit Samen auf der Kruste will, bestreicht die Teiglinge mit Wasser und taucht die Oberfläche in die Körner – so bleiben sie gut kleben.



BROTCLASSIKER

Backen mit Liebe



Für viele ist es ein genussvolles und nützliches Hobby zugleich: eigenes Brot backen. Denn nichts geht über Brote aus herzhaftem Sauer- oder lockerem Hefeteig oder kleines Sonntagsgebäck – Hauptsache, es entsteht in der eigenen Küche.







SAUERTEIGBROTE

Eine Frage der Zeit

GANZ NATÜRLICH ZU
VOLLEM BROTGESCHMACK

Das allgemeine Motto bei Sauerteig: Gut Ding will Weile haben. Es dauert nicht nur einige Tage, bis man überhaupt einen eigenen Grundsauerteig angesetzt hat. Auch die Brotteige selbst bedürfen danach nochmals oft mehrerer Stunden Gare, Ruhe und Wärme. Doch wer einmal den Duft von selbst gebackenem Sauerteigbrot in der Nase und den fein säuerlichen Geschmack auf der Zunge hatte, der wird sich künftig hingebungsvoll um das Sauerteiganstellgut kümmern – damit es noch viele geschmackvolle Brote hervorbringen möge.

JE REIFER, DESTO BESSER

Das Prinzip von Sauerteig ist einfach: Man setzt die Sauerteigkultur an. Durch „Füttern“ mit weiterem Mehl und Wasser kann man die Sauerteigkultur dann für das nächste Brot vermehren. Vor dem Verbacken nimmt man einige Esslöffel davon ab und bewahrt dieses „Anstellgut“ auf. Mit der Zeit züchtet man so eine stabile Sauerteigkultur, die es zu hegen und zu pflegen lohnt, denn je länger sie gezüchtet wird, desto besser und triebfreudiger wird sie. So muss man bei jungen Sauerteigen noch Backhefe zugeben, damit das Brot schön aufgeht. Arbeitet man mit einem richtig reifen Sauerteig, kann man sich das oft sparen.

Wer jede Woche bäckt, kann das Anstellgut problemlos flüssig im Kühlschrank aufbewahren. Backt man seltener, gibt es zwei Möglichkeiten: Entweder man friert den Sauerteig ein, was für ihn aber nicht ideal ist. Oder man trocknet ihn – so hält er sich über Jahre. Dafür streicht man ihn dünn auf Backpapier aus und lässt ihn 2–3 Tage an der Luft trocknen. Wenn er vom Papier blättert, kann man ihn zerkleinern und in einem Glas dunkel aufbewahren. Zum Reaktivieren rührt man ihn mit lauwarmer Wasser an und kann ihn nach circa zwei Stunden füttern. Bleibt nur zu sagen: An die Knethaken, fertig, los!



Nachdem der Teig lange geruht hat, geht es ans Werk: Das intensive Kneten ist wichtig, damit der Teig durch die Klebereiweiße im Getreide Spannung aufbaut und formbar wird

☒ KATHARINENBROT

Zutaten für 1 Laib bzw. für 1 Kastenform (circa 30 cm lang)

Für den Sauerteig: 100 g Weizenmehl Type 550, 10 g Sauerteig-Anstellgut

Für das Brühstück: 60 g Roggenschrot, 60 g Roggenvollkornmehl, 60 g Hartweizengries

Für den Hauptteig: 1 EL Salz, 200 g Weizenmehl (Type 550), 100 g Roggenmehl (Type 1150), 80 g Weizenvollkornmehl, 1 EL Brotgewürz, 1 TL flüssiges Backmalz (Fertigprodukt), 4 g frische Hefe

1. Für den Sauerteig das Mehl mit 125 ml lauwarmem Wasser und dem Sauerteig-Anstellgut verrühren und an einem warmen Ort circa 16 Stunden zugedeckt reifen lassen, bis der Sauerteig luftig ist und kleine Bläschen aufweist.

2. Die Zutaten für das Brühstück in einer Schüssel mit 250 ml kochendem Wasser übergießen, gut vermengen und zeitgleich mit dem Sauerteig circa 16 Stunden quellen lassen.

3. Für den Hauptteig Salz in 2 EL warmem Wasser auflösen und mit den drei Mehlen, Sauerteig, Brühstück und den übrigen Zutaten in der Küchenmaschine 5 Minuten langsam, dann 3–4 Minuten schnell kneten. Den Teig mit einem Tuch bedecken und bei Raumtemperatur circa 1 Stunde ruhen lassen.

4. Die Kastenform mit Backpapier auslegen. Den Teig kneten, zu einem länglichen Laib formen



und in die Form geben. Die Form mit einem Tuch bedecken und den Teigling bei Raumtemperatur circa 1 Stunde 30 Minuten gehen lassen.

5. Den Backofen auf 240 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

6. Die Form in den Ofen schieben, $\frac{1}{2}$ Tasse Wasser auf den Ofenboden gießen und den Teigling 10 Minuten anbacken. Die Ofentür kurz öffnen und den Dampf entweichen lassen. Die Temperatur auf 220 Grad reduzieren und das Brot circa 25 Minuten backen. Die Temperatur auf 180 Grad reduzieren und das Brot in weiteren 20–25 Minuten fertig backen. Das Brot herausnehmen und auf einem Gitter vollständig auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Backzeit: 60 Minuten

Ruhezeit: 18 Stunden 30 Minuten



☒ DINKELBROT MIT SONNENBLUMENKERNEN

Zutaten für 1 Brot bzw. für 1 Kastenform (circa 25 cm lang)

275 g Dinkelvollkornmehl, 100 geschroteter Dinkel, 100 g Sonnenblumenkerne,

50 g Dinkelflocken, 150 g Sauerteig, 1 EL Salz, 1 EL Agavendicksaft

1. Das Mehl mit dem Schrot, den Sonnenblumenkernen und den Dinkelflocken in einer Schüssel mischen. Etwa 400 ml lauwarmes Wasser, den Sauerteig, Salz und den Agavendicksaft dazugeben und alles mit der Küchenmaschine circa 5 Minuten kräftig kneten lassen. Der Teig darf eine sehr weiche Beschaffenheit haben und benötigt meistens kein weiteres Mehl. Den Teig mit einem Tuch bedecken und an einem warmen Ort zum doppelten Volumen aufgehen lassen. Dies dauert etwa 3–6 Stunden. Wer mag, kann den Teig auch über Nacht im Kühlschrank ruhen lassen.

2. Anschließend nochmals gut durchkneten und in die Kastenform geben. Mit einem Tuch bedeckt weitere 1–2 Stunden ruhen lassen.

3. Den Backofen auf 250 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Eine Schale mit heißem Wasser auf den Ofenboden stellen.

4. Das Brot auf mittlerer Schiene in den Backofen schieben und nach circa 5 Minuten die Temperatur auf 200 Grad senken. Danach weitere circa 40 Minuten fertig backen.

Zubereitungszeit: 20 Minuten, Backzeit: 45 Minuten, Wartezeit: circa 8 Stunden

GRUNDZUBEREITUNG

Sauerteig



Klassischen Sauerteig setzt man mit Roggen-, Dinkel- oder Weizenmehl und Wasser im Verhältnis 1:1 an. Wichtig ist, dass das Mehl eine höhere Type als 800 hat, denn der Sauerteig braucht die enthaltenen Keime zum Reifen. Man kann auch mit Vollkornmehl einen Versuch starten. Da das ganze Korn vermahlen ist, befinden sich im Mehl allerdings sehr viele Keime, was das Ansetzen erschweren kann. Doch probieren geht hier über studieren.

SAUERTEIG AUS VOLLKORNMEHL

Zutaten für circa 500 g
200 g Roggenvollkornmehl

- 1.** In einer Schüssel 60 g Mehl mit 100 ml lauwarmem Wasser verrühren. Abgedeckt an einem warmen Ort 72 Stunden ruhen lassen.
- 2.** Jeden Tag einmal rühren und abgedeckt weiter ruhen lassen.
- 3.** Danach 75 g Mehl und 100 ml lauwarmes Wasser einrühren. Abgedeckt 12 Stunden ruhen lassen. Das restliche Mehl und weitere 100 ml lauwarmes Wasser unterrühren. Abgedeckt weitere 12 Stunden ruhen lassen.
- 4.** Der Sauerteig ist nun fertig, er sollte luftig und leicht sein sowie säuerlich duften.
- 5.** Für das nächste Brot 100 g abnehmen und in ein Schraubglas gefüllt im Kühlschrank lagern.

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Wartezeit: 96 Stunden

Ihr *Land*IDEE-Tipp

Das abgenommene Anstellgut ist mindestens 1 Woche im Kühlschrank haltbar, es kann aber auch eingefroren werden.



1 Im ersten Schritt eine kleine Menge Mehl mit Wasser verrühren und warm stehen lassen. **2** Die nächsten drei Tage den Teig einmal pro Tag umrühren. **3** Dann weiteres Mehl und Wasser ergänzen. **4** Ist der Teig fertig, das Anstellgut abnehmen und im Kühlschrank aufbewahren



❧ SAUERTEIGBROT MIT MALZBIER & GEWÜRZEN

Zutaten für 1 Brot

750 g Roggenvollkornmehl, 600 ml lauwarmes Malzbier, 100 g Natursauerteig, 1 EL Salz, 1 TL Korianderpulver, ½ TL Kümmelpulver, 1 TL Fenchelpulver, Mehl zum Arbeiten

- 1.** 400 g Mehl mit Bier und Sauerteig in einer Schüssel gut verrühren. Abgedeckt an einem warmen Ort circa 4 Stunden stehen lassen.
- 2.** Das übrige Mehl, das Salz und die Gewürze dazugeben und alles gut verkneten. So lange kneten bis der Teig eine feste, formbare Konsistenz hat (etwa 10 Minuten), nach Bedarf noch Mehl ergänzen. Erneut in einer Schüssel abgedeckt circa 1 Stunde ruhen lassen.
- 3.** Dann den Teig auf bemehlter Arbeitsfläche gut durchkneten und zu einem Laib formen. Gut be-

mehlen und in einen Gärkorb legen. Abgedeckt weitere 30 Minuten ruhen lassen.

- 4.** Den Backofen auf 240 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Ein feuerfestes Schälchen mit Wasser mit in den Ofen stellen.
- 5.** Das Brot vorsichtig aus dem Körbchen auf ein mit Backpapier belegtes Backblech stürzen. Im unteren Drittel im vorgeheizten Ofen circa 10 Minuten anbacken. Das Wasser wieder herausnehmen und die Temperatur auf 200 Grad herunterschalten. Das Brot 60–70 Minuten fertig backen. Wenn sich das Brot beim Klopfen auf die Unterseite hohl anhört, ist es fertig, ansonsten weitere 5–10 Minuten backen.

Zubereitungszeit: 25 Minuten

Garzeit: 1 Stunde 20 Minuten

Wartezeit: 5 Stunden 30 Minuten

EMMER-VOLLKORNBROT

Zutaten für 1 großen Laib

Für den Sauerteigansatz: 125 g Emmervollkornmehl

Für den Sauerteig: 5 EL Sauerteigansatz, 300 g Emmermehl

Für den Hauptteig: 2–3 TL Salz, 850 g Emmervollkornmehl, 1 EL Brotgewürz, Emmermehl zum Arbeiten und Wälzen, Kartoffelstärke für das Körbchen

1. Für den Ansatz Mehl und 230 ml lauwarmes Wasser verrühren und circa 36 Stunden an einen warmen Ort stellen, circa alle 12 Stunden umrühren.
2. Die Zutaten für den Sauerteig mit 150 ml lauwarmem Wasser verrühren und mindestens 12 Stunden zugedeckt an einem warmen Ort reifen lassen, bis er luftig ist und Bläschen aufweist.
3. Ein Backblech mit Backpapier belegen. Für den Hauptteig das Salz in 2–3 EL warmem Wasser auflösen und mit dem Emmermehl, Sauerteig und Brotgewürz in der Küchenmaschine 8 Minuten langsam, dann 1 bis 2 Minuten schnell kneten. Den Teig mit einem Tuch bedecken und bei Raumtemperatur circa 40 Minuten ruhen lassen.
4. Den Teig zu einem runden Laib formen, in Mehl wälzen und mit der Naht

nach unten in ein rundes, mit Kartoffelstärke bemehltes Gärkörbchen setzen. Den Teigling mit einem Tuch bedecken und erneut circa 1 Stunde gehen lassen, bis sich erste Risse auf der Oberfläche bilden.

5. Den Teigling mit der Naht nach unten auf das Blech setzen, erneut mit Mehl einstreichen und auf dem Blech gehen lassen, bis sich starke Risse zeigen.

6. Den Backofen auf circa 250 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

7. Das Blech in den Ofen schieben, ½ Tasse Wasser auf den Backofenboden gießen und den Teigling 8–10 Minuten anbacken. Die Ofentür kurz öffnen und den Dampf entweichen lassen. Die Temperatur auf 220 Grad reduzieren und das Brot circa 30 Minuten backen. Die Temperatur auf 190 Grad reduzieren und das Brot in weiteren 25–30 Minuten fertig backen. Das Brot herausnehmen und auf einem Gitter vollständig auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 30 Minuten, Backzeit: 70 Minuten

Ruhezeit: 53 Stunden (inklusive Sauerteig-Ansatz)

Ihr *Land*IDEE-Tipp

Brotgewürz ist als Fertigmischung erhältlich und besteht z. B. aus Schabzigerklee, Koriander, Fenchelsamen, Anis und Kümmel. Das Brot gelingt noch besser, wenn es direkt auf einem Backstein gebacken wird. Dann sollte man den Ofen circa 1 Stunde mit dem Backstein vorheizen.



✂ RUSTIKALES URKORNBROT

Zutaten für 1 Kastenform (30 cm lang)

Für den Hefeansatz: 35 g frische Hefe, 1 TL Zucker

Für den Brotteig: 200 g Dinkelmehl (Type 630), 250 g Dinkelmehl (Type 1050), 200 g Einkorn-Vollkornmehl, 100 g Dinkel-Vollkornmehl, 1 EL Salz, 200 g Sauerteig, 2 EL Rapsöl, Dinkelmehl zum Arbeiten, Pflanzenöl für die Form

1. Die Hefe mit Zucker und 5 EL lauwarmem Wasser in einer großen Tasse anrühren. Zugedeckt etwa 15 Minuten ruhen lassen.

2. In der Zwischenzeit alle Mehlsorten in einer Schüssel mit Salz vermischen. In der Mitte eine Vertiefung formen und die Hefemischung hineingießen. Sauerteig zufügen und mit Rapsöl beträu-

eln. Mit circa 375 ml lauwarmem Wasser in einer Küchenmaschine zu einem glatten, weichen Brotteig verkneten, der zwar klebrig ist, sich aber schon etwas von Schüsselrand löst. Den Teig mit reichlich Dinkelmehl bestäuben und in der Schüssel locker zu einem weichen Teigballen formen. Mit einem Tuch abdecken und an einem warmen Ort circa 2 Stunden auf doppeltes Volumen aufgehen lassen.

3. Auf bemehlter Arbeitsfläche mit bemehlten Händen locker auf den Teig drücken, sodass etwas Luft entweicht. Zu einer Rolle in der Länge der Kastenform zusammenschieben und in der geölten Form zugedeckt nochmals circa 1 Stunde aufgehen lassen.

4. Den Backofen auf 230 Grad Umluft vorheizen.

5. Den Brotteig an der Oberfläche mit etwas lauwarmem Wasser bestreichen und dünn mit Mehl bestäuben. In die Mitte des Backofens einschieben, rasch 1 Tasse Wasser auf den Boden des Back-



Ihr *Land*IDEE-Tipp

Dazu passt ein leckerer Kräuterquark: Je 1 Handvoll Schnittlauch und Petersilie waschen, trocken schütteln und klein schneiden. Mit 300 g Quark (20%), 30 ml Milch und 4 EL Olivenöl verrühren, mit Salz und Pfeffer aus der Mühle abschmecken.

ofens gießen und die Ofentür sofort schließen. Das Brot zunächst etwa 15 Minuten anbacken.

6. Die Backofentür kurz öffnen, den Dampf ablassen und wieder schließen, die Temperatur auf 200 Grad zurückschalten und das Brot weitere circa 30 Minuten backen. Danach die Temperatur auf 190 Grad zurückstellen und das Brot weite-

re 15 Minuten fertig backen. Das Brot aus dem Ofen nehmen und zunächst für ein paar Minuten auf einem Kuchenrost abkühlen, danach aus der Form stürzen und erkalten lassen.

Zubereitungszeit: 45 Minuten

Backzeit: 60 Minuten

Wartezeit: 3 Stunden 15 Minuten

☒ RUNDE MISCHBROTE

Zutaten für 4 kleine Brote

Für den Weizensauerteig: 80 g Weizenmehl Type 1050, 15 g Anstellgut

Für den Roggensauerteig: 80 g Roggenvollkornmehl, 5 g Anstellgut

Für den Hauptteig: 700 g Weizenmehl Type 1050, 100 g Weizenvollkornmehl, 1 EL Salz, Mehl zum Arbeiten

1. Für den Weizensauerteig Mehl mit Anstellgut und 100 ml lauwarmem Wasser verrühren. Für den Roggensauerteig Mehl mit Anstellgut und 60 ml Wasser mischen. Beide Teige abgedeckt bei Raumtemperatur 1 Tag ruhen lassen.

2. Die beiden Sauerteige mit dem Weizenmehl, Vollkornmehl und circa 600 ml lauwarmem Wasser verkneten. Abgedeckt 1 Stunde ruhen lassen.

3. Das Salz zugeben, unterkneten und 2 Stunden gehen lassen. Den Teig in der Zeit alle 30 Minuten auf bemehlter Arbeitsfläche falten. Dabei die Seiten zu $\frac{1}{3}$ übereinanderschlagen, dann von oben nach unten übereinanderschlagen. Anschließend 4 Brote formen und in 4 Gärbkörbchen abgedeckt im Kühlschrank 24 Stunden ruhen lassen.

4. Den Backofen mit einem Backstein



(falls vorhanden, sonst ein Backblech verwenden) auf 250 Grad Unter- und Oberhitze vorheizen.

5. Die Brote aus den Körbchen stürzen, rautenförmig einschneiden und auf den Stein legen. Eine Tasse Wasser auf den Ofenboden gießen und die Brote circa 40 Minuten goldbraun backen. Nach 10 Minuten die Ofentür kurz öffnen, damit der Dampf entweicht. Die Brote aus dem Ofen nehmen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 40 Minuten

Ruhezeit: 51 Stunden, Backzeit: 40 Minuten

GRUNDZUBEREITUNG

Krustenbrot

Richtig schön knacken soll es, wenn man ein Krustenbrot anschneidet. Damit Brot eine krosse Rinde bekommt, gibt es mehrere Tricks: Wichtig ist das Beschwaden. Also entweder eine Schale Wasser mit in den Ofen stellen, beim Einschieben des Teiges eine Tasse Wasser auf

den Ofenboden schütten oder Eiswürfel auf den Boden legen. Anfangs sollte der Ofen sehr heiß sein. Es kann auch helfen, den Teig mit etwas gezuckerter Milch oder Honig, gelöst in Wasser, einzustreichen. Oder den Laib einzuschneiden, sodass sich krosse Risse bilden.

❧ KRUSTENBROT

Zutaten für 1 Brotlaib

25 g Roggensauerteig, 100 g Roggenmehl (Type 997), 350 g Roggenmehl (Type 1150), 300 g Weizenmehl (Type 1050), 1 EL Salz, 1 EL Zucker, ½ Würfel frische Hefe, etwas Mehl

- 1.** Den Sauerteig mit 50 ml Wasser und 50 g Roggenmehl Type 997 verrühren, mit Folie abdecken und bei Raumtemperatur mindestens 8 Stunden reifen lassen.
- 2.** 50 g Roggenmehl Type 997 und 75 ml Wasser einrühren, abdecken und mindestens 8 Stunden reifen lassen. Der Sauerteig sollte kräftig Luftbläschen entwickeln und aufgehen.
- 3.** Den Sauerteigansatz kurz durchrühren, etwa 100 g abnehmen und im Kühlschrank aufbewahren für das nächste Brotbacken. Den Rest mit den Mehlen und Salz in eine Knetmaschine geben. Zucker und Hefe in circa 350 ml lauwarmem Wasser auflösen, dazugeben und zu einem glatten Teig kneten. Abgedeckt circa 1 Stunde auf das doppelte Volumen gehen lassen.
- 4.** Auf bemehlter Arbeitsfläche zu einem länglichen Laib formen. In einem ausgemehlten Gärkorbchen zugedeckt circa 30 Minuten gehen lassen.
- 5.** Den Backofen mit einem eingelegten Backstein auf 250 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.
- 6.** Den Teigling auf den heißen Backstein stürzen, eine Tasse kochendes Wasser auf den heißen Ofenboden schütten, die Ofentür sofort schließen und das Brot 15 Minuten anbacken. Die Ofentür kurz öffnen, damit der Dampf entweicht, die Temperatur auf 200 Grad reduzieren und das Brot circa 50 Minuten fertig backen.
- 7.** Das Brot herausnehmen, auf einem Gitter auskühlen lassen und erst am nächsten Tag anschneiden.

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Ruhezeit: 17 Stunden 30 Minuten, Backzeit: 65 Minuten



1 Das Anstellgut mit Wasser und Mehl bis zum Vollsauer führen. **2** Der Sauerteig wird dann mit den Mehlen und Hefe verknetet und ruht nochmals im Gärkorbchen. **3** Die Schale Wasser im Ofen sorgt für eine krosse Kruste

❧ BROTZEITSTANGEN MIT KÜRBIS

Zutaten für 4 Stück

200 g Kürbis (z. B. Hokkaido), 500 g Weizenmehl (Type 812), 10 g Trockensauerteig, ¼ Würfel Hefe, 1¼ TL Salz, 1 EL Olivenöl, 20 g Kürbiskerne (grob gehackt)

1. Kürbis waschen und grob reiben. Mehl, Sauerteigpulver, zerbröckelte Hefe und Salz in einer Schüssel mischen. Kürbis und 200 ml lauwarmes Wasser begeben. Alles zu einem weichen, glatten Teig kneten. Zugedeckt bei Raumtemperatur 3 Stunden auf das Doppelte aufgehen lassen.

2. Den Backofen auf 220 Grad vorheizen.

3. Den Teig in 4 gleich große Stücke teilen, je zu einem circa 25 cm langen Brot formen, die Enden zu Spitzen drehen. Die Brote auf ein mit Backpa-



pier belegtes Blech legen, mit einem Messer circa 5 mm tief und schräg einschneiden, mit Öl bestreichen und Kürbiskerne darüberstreuen.

4. Eine ofenfeste Schale mit Wasser auf das Blech stellen. Die Brote für circa 10 Minuten in der unteren Hälfte des vorgeheizten Ofens backen. Die Temperatur auf 180 Grad reduzieren und für circa 30 Minuten fertig backen.

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Gehzeit: 3 Stunden, Backzeit: 40 Minuten

❧ MEDITERRANE BROTSCHNECKE MIT MEERSALZ



Zutaten für 1 Schnecke

12 g frische Hefe, 60 g Sauerteig, 1 TL Zucker, 200 g Weizenmehl, 2 Zweige Rosmarin, 300 g Weizenvollkornmehl, 1 TL gerebelter Oregano, 80 ml trockener Weißwein, 80 ml Olivenöl, 1 TL Salz, Olivenöl zum Bepinseln, grobes Meersalz zum Bestreuen

1. Circa 125 ml lauwarmes Wasser mit der Hefe, dem Sauerteig, Zucker und 50 g Weizenmehl verrühren. Etwa 30 Minuten ruhen lassen, bis die Masse Blasen wirft.

2. Den Rosmarin waschen, trocken schüttern und die Blätter hacken. Mit dem Teigansatz, dem restlichen Mehl und Vollkornmehl, dem Oregano, dem Weißwein, dem Olivenöl und dem Salz zu einem glatten, geschmeidigen Teig verkneten. Falls nötig, noch Mehl oder Wasser ergän-

zen, bis der Teig die richtige Konsistenz erreicht hat. Zugedeckt etwa 20 Minuten ruhen lassen.

3. Den Teig zu einem circa 5 cm dicken Strang ausrollen und auf einem Backblech mit Backpapier zu einer Schnecke einrollen. Mit einem feuchten Küchentuch abdecken und etwa 40 Minuten aufgehen lassen.

4. Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen und die Fettpfanne (tiefes Backblech) mit einschieben.

5. Das Tuch vom Brot nehmen und den Teig mit Olivenöl bepinseln und mit grobem Meersalz bestreuen. 1 Tasse Wasser in die Fettpfanne gießen, das Backblech mit dem Brot einschieben und das Brot circa 35 Minuten goldbraun backen. Als Garprobe auf den Boden des Brotes klopfen – es sollte sich hohl anhören.

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Wartezeit: 1 Stunde 30 Minuten

Backzeit: 35 Minuten

❧ DINKEL-SAUERTEIG-BROT MIT MARONEN

Zutaten für 1 Brot

½ Würfel frische Hefe (21 g), 1 EL Zucker, 250 g Weizenmehl, circa 250 g Dinkelvollkornmehl, 1 EL Salz, 75 g Sauerteig (Reformhaus), 100 g Maronen (vorgegart), Mehl zum Arbeiten, Öl für das Blech, 2–3 EL Sesam

1. Die Hefe mit Zucker und 3–4 EL lauwarmem Wasser verrühren. Beide Mehlsorten mit Salz, der Hefe und dem Sauerteig in eine Schüssel geben. Etwa 350 ml lauwarmes Wasser angießen. Mit den Knethaken der Küchenmaschine zu einem glatten Teig verkneten, der nicht mehr klebt. Evtl. etwas mehr Mehl benutzen.

2. Die Maronen hacken und einstreuen. Einen Gärkorb mit Mehl ausstreuen, den Teig einfüllen und zugedeckt circa 2 Stunden aufgehen lassen.

3. Ein Backblech ölen und mit Mehl bestreuen. Den Teig zu einem runden Brotlaib formen, auf das Blech legen und mit etwas



lauwarmem Wasser bepinseln. Mit Sesam bestreuen und nochmals mit einem Tuch bedeckt circa 45 Minuten ruhen lassen.

4. Den Backofen auf 250 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Eine ofenfeste Schale mit Wasser füllen und in den Ofen stellen.

5. Das Brot längs einschneiden und im Ofen (Mitte) circa 10 Minuten anbacken. Die Temperatur auf 200 Grad senken und weitere circa 40 Minuten backen. Als Garprobe auf den Boden des Brotes klopfen – es sollte sich hohl anhören. Auf einem Kuchengitter erkalten lassen.

Zubereitungszeit: 25 Minuten, Backzeit: 50 Minuten

Wartezeit: 2 Stunden 45 Minuten

☒ ROGGENVOLLKORNBROT

Zutaten für 3 Kastenbrote

Für den Sauerteig: 200 g Roggenvollkornmehl, 20 g Sauerteig-Anstellgut

Für den Hauptteig: 1½ EL Salz, 600 g Roggenvollkornmehl, 7 g frische Hefe, etwas Mehl

1. Für den Sauerteig das Mehl mit 200 ml lauwarmem Wasser und dem Sauerteig-Anstellgut verrühren. Den Sauerteig an einem warmen Ort circa 18 Stunden zugedeckt reifen lassen, bis er luftig ist und kleine Bläschen aufweist.

2. Für den Hauptteig das Salz in 2 EL warmem Wasser auflösen und mit Mehl, 360 ml lauwarmem Wasser und dem Sauerteig in der Küchenmaschine circa 15 Minuten langsam kneten. Die

Hefe mit 2 EL warmem Wasser verrühren, zufügen und den Teig noch 3–4 Minuten kneten. Die Schüssel mit einem Tuch bedecken und 30 Minuten an einem warmen Ort ruhen lassen.

3. Teig nochmals 10 Minuten langsam kneten, bei Bedarf etwas Wasser zufügen und zugedeckt an einem warmen Ort 30 Minuten gehen lassen.

4. 3 kurze Kastenformen mit Backpapier auslegen. Den Teig in 3 Portionen teilen, bis zur halben Höhe in die Formen füllen. Die Oberfläche jeweils mit Mehl bestäuben und mit einem scharfen Messer gitterartig einschneiden. Die Teiglinge circa 30 Minuten ruhen lassen.

5. Den Backofen auf 250 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.



6. Die Formen in den Ofen schieben, $\frac{1}{2}$ Tasse Wasser auf den Backofenboden gießen und die Teiglinge 2 Minuten anbacken. Die Ofentür kurz öffnen und den Dampf entweichen lassen. Nach 10 Minuten die Temperatur auf 200 Grad reduzieren und die Brote noch 30 Minuten backen. Die Temperatur auf 180 Grad reduzieren und die Brote in 30–35 Minuten fertig backen. Die Roggenvollkornbrote herausnehmen und auf einem Gitter vollständig auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Backzeit: 1 Stunde 15 Minuten

Ruhezeit: 19½ Stunden



✠ FINNISCHES ROGGENMISCHBROT

Zutaten für 2 Brote

Für den Sauerteig: 120 g Roggenvollkornmehl, 2 EL Sauermilch oder Joghurt, 60 ml Bier

Für den Hauptteig: 10 g frische Hefe, 200 g Weizenmehl Type 1050, 150 g Roggenmehl Type 1150, 1 EL weiche Butter, 1 TL Salz, Roggenmehl zum Arbeiten

1. Für den Sauerteig 60 g Mehl mit 60 ml kochendem Wasser übergießen, abkühlen lassen und die Sauermilch untermischen. Abgedeckt 24 Stunden bei circa 10 Grad ruhen lassen.

2. Das Bier aufkochen, über das restliche Mehl gießen und abkühlen lassen. Die Bier-Mehl-Mischung mit dem Sauerteig vermengen. Abgedeckt bei 10 Grad etwa 24 Stunden ruhen lassen.

3. Die Hefe in 200 ml lauwarmem Wasser auflösen. Die übrigen Zutaten für den Hauptteig zum Sauerteig geben, das Hefewasser ergänzen und 10–15 Minuten zu einem glatten Teig verkneten.

4. Den Teig halbieren und abgedeckt circa 1 Stunde bei Zimmertemperatur ruhen lassen. Danach auf bemehlter Arbeitsfläche zu Kugeln

formen, flach drücken und in der Mitte ein Loch formen. Mit Mehl bestreuen und abgedeckt circa 2 Stunden bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

5. Den Backofen auf 250 Grad Unter- und Oberhitze vorheizen.

6. Die Teigringe auf ein geöltes Backblech legen, oberflächlich in großen Rauten einschneiden und in den Backofen schieben. Eine Tasse Wasser auf den heißen Ofenboden gießen und das Brot 35–45 Minuten backen. Nach circa 10 Minuten die Ofentür kurz öffnen, damit der Dampf entweichen kann. Die fertig gebackenen Brote aus dem Ofen nehmen und auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 40 Minuten

Wartezeit: 51 Stunden, Backzeit: 45 Minuten

HEFEBROTE



Keine Angst vor Hefe

MIT EINFACHEN REGELN ZUM
PERFEKTEN GEBÄCK

Für die einen ein Kinderspiel, für die anderen ein Hexenwerk: der Hefeteig. Viele Hobbybäcker meiden ihn, weil er als kompliziert und eigenwillig gilt. Völlig zu Unrecht, wie wir finden. Denn wer sich an ein paar einfache Grundregeln hält, der wird schon bald viel Freude an dem feinen Teig haben. Das ganze Geheimnis seiner weichen und lockeren Konsistenz ist Hefe, ein Pilz, der sich von Zucker ernährt und diesen unter anderem in Kohlendioxid umwandelt. Dabei bilden sich kleine Gasbläschen, die den Teig auflockern und sein Volumen vergrößern. Hefe fühlt sich allerdings nicht in jeder Umgebung wohl, was der häufigste Grund für Misserfolge beim Backen ist.

DIE RICHTIGE TEMPERATUR

Hefeteig besteht meist im Wesentlichen aus Mehl, Hefe, Milch bzw. Wasser sowie Zucker und Fett. Die richtigen Temperaturen spielen dabei eine wichtige Rolle. Hefe mag es mollig warm, aber nicht zu heiß. Die Flüssigkeit, in die man die Hefe zu Beginn einrührt, sollte unbedingt handwarm sein. Ist sie zu kalt, verweigern die Pilze ihren Dienst. Ist sie zu heiß – über 45 Grad –, sterben die Pilze ab. Auch die Arbeitsfläche und unsere Hände sollten wohltemperiert sein. Am besten knetet man den Teig auf einem Untergrund aus Holz oder Kunststoff und erwärmt die Hände vorher unter warmem Wasser. Damit der Teig schön aufgeht und so herrlich fluffig wird, wie wir ihn lieben, empfiehlt sich zum Gehen ein warmer Standort ohne Zugluft. Ein bewährter Trick ist es, die



Verwendet man frische Hefe, empfiehlt sich ein Vorteig (siehe Rezepte auf den folgenden Seiten). Wer Trockenhefe nimmt, kann diesen Schritt überspringen und gleich alle Zutaten zu einem großen Teigkloß verkneten

abgedeckte Schüssel unter einer Decke zu platzieren. Und zum Schluss noch die Frage: Frische Hefe oder Trockenhefe? Einfach nehmen, was man zu Hause hat. Ein Würfel frische Hefe (42 g) entspricht zwei Tütchen Trockenhefe (à 7 g) und reicht je nach Rezept für 500–1000 g Mehl. Und nun Ärmel hochkrempeln, Angst überwinden und ran an den Hefeteig.



❧ BIERBROTE AUS DEM GLAS

Zutaten für 8 Sturzgläser à 370 ml Inhalt

400 g Roggenmehl (Type 1150), 300 g Roggen-Vollkornmehl (Type 1800), 1 Würfel frische Hefe (42 g), 500 ml Guinness, ½ TL Zucker, 1½ TL Salz, weiche Butter für die Gläser, Roggenmehl zum Bestäuben

1. Die beiden Roggenmehle in einer Schüssel mischen. In die Mitte eine Mulde drücken, die Hefe hineinbröckeln und 150 ml lauwarmes Guinness zufügen. Alle Zutaten in der Mulde miteinander verrühren, dabei etwas Mehl vom Rand mit untermischen. Den Ansatz mit Mehl bestäuben und die Schüssel mit einem sauberen Tuch bedeckt an einen warmen Ort stellen. Den Vorteig etwa

15 Minuten gehen lassen, bis die Oberfläche starke Risse zeigt.

2. Das restliche Guinness, Zucker und Salz zum Vorteig geben und mit den Knethaken der Küchenmaschine zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig zu einer Kugel formen und etwa 45 Minuten zugedeckt gehen lassen, bis sich sein Volumen verdoppelt hat.

3. Die Gläser mit weicher Butter einfetten. Den Teig nochmals kurz durchkneten, in 8 Portionen teilen, jeweils zu einer Kugel formen und in die vorbereiteten Gläser füllen. Zugedeckt weitere 30 Minuten gehen lassen.

4. Das Backofengitter aus dem Ofen nehmen, den Backofen auf 200 Grad vorheizen.

5. Die Oberfläche der Brote mit etwas Roggenmehl bestäuben. Die Gläser auf das kalte Backofengitter stellen, mit dem Gitter in den vorgeheizten Backofen einschieben und 45–50 Minuten backen. Stäbchenprobe durchführen. Die

fertigen Brote aus dem Ofen nehmen, auf ein Küchengitter stellen, auskühlen lassen und aus den Gläsern stürzen.

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Gehzeit: 90 Minuten, Backzeit: 50 Minuten

Ihr *Land*IDEE-Tipp

Hat man kein Guinness zur Verfügung, kann man das Brot auch mit dunklem Bier backen. Der Geschmack ist dann weniger würzig.

☒ SCHWÄBISCHE SELEN

Zutaten für 3 Brote

½ Würfel frische Hefe (21 g), 250 g Weizenmehl (Type 550), ½ TL Salz, Mehl zum Arbeiten, 1 Eigelb, 2 EL Kümmelsamen

1. Die Hefe in 160 ml lauwarmem Wasser auflösen. Mit Mehl und Salz zu einem glatten Teig verkneten, der sich vom Schüsselrand löst. Mit Mehl bestäuben und mit einem feuchten Küchentuch bedeckt circa 20 Minuten gehen lassen.

2. Den Teig weitere 60 Minuten aufgehen lassen. Dabei alle 20 Minuten auf einer reichlich bemehlten Fläche mit den Handballen zu einem Rechteck formen und zweimal zusammenfalten.

3. Den Backofen auf 240 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

4. Den Teig auf einer bemehlten Fläche zu 3 dünnen Rollen formen, und, mit einem feuchten Tuch bedeckt, nochmals 15 Minuten aufgehen lassen. Mit dem Eigelb bestrei-

chen und mit dem Kümmel bestreuen. Auf einem Backblech mit Backpapier im vorgeheizten Backofen circa 20 Minuten goldbraun backen.

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Ruhezeit: 95 Minuten, Backzeit: 20 Minuten



❖ BIERSCHECKEN

Zutaten für 2 Schnecken bzw. für 2 Springformen à 18 cm Durchmesser

250 g Weizenmehl (Type 550), 250 g Roggenmehl (Type 997), 25 g frische Hefe, 300 ml helles Bier, 15 g Salz, 15 g zerlassenes Schweineschmalz (alternativ Butter), 1 TL fein gehackte Rosmarinnadeln, weiche Butter und Mehl für die Formen, Roggenmehl zum Bestreuen

1. Beide Mehle in eine Schüssel geben und in die Mitte eine Mulde drücken. Die Hefe hineinbröckeln, 50 ml lauwarmes Bier zufügen. Alle Zutaten in der Mulde miteinander verrühren, dabei etwas Mehl vom Rand mit untermischen. Den Ansatz mit Mehl bestäuben, die Schüssel mit einem sauberen Tuch bedeckt an einen warmen Ort stellen. Den Vorteig etwa 15 Minuten gehen lassen, bis die Oberfläche starke Risse zeigt.

2. Das restliche Bier (Zimmertemperatur), Salz,

Schweineschmalz und Rosmarin zum Vorteig geben und alles mit den Knethaken der Küchenmaschine zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig zu einer Kugel formen und zugedeckt etwa 45 Minuten gehen lassen, bis sich das Teigvolumen verdoppelt hat.

3. Die Springformen mit Butter ausstreichen und mit Mehl ausstäuben. Den Teig auf leicht bemehlter Arbeitsfläche kurz durchkneten und halbieren. Jede Portion zu einem 40 cm langen Strang



rollen, mit der flachen Hand circa 7 cm breit flach drücken. Mit wenig Roggenmehl bestreuen und der Länge nach zur Hälfte zusammenklappen. Zu einer Schnecke rollen und in die Formen setzen. Zugedeckt etwa 30 Minuten gehen lassen.

4. Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

5. Die Formen im Ofen etwa 45 Minuten backen. Stäbchenprobe machen. Herausnehmen, 10 Minuten abkühlen lassen, aus den Formen lösen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen

Zubereitungszeit: 45 Minuten

Gehzeit: 90 Minuten, Backzeit: 45 Minuten

☒ BUCHWEIZEN-BROT MIT HEFE

Zutaten für 1 Brot bzw. für 1 Rehrückenform

15 g frische Hefe, 1 TL Agavendicksaft, 100 ml lauwarme Milch, 250 g Mehl, ½ TL Salz, 2 EL Olivenöl, 80 g Buchweizen, 40 g Rosinen, 25 g Gojibeeren, 50 g Trockenpflaumen, 100 g Haferflocken, 60 g gemahlene Mandeln, 60 g Leinsamen, 2 EL Flohsamen, 2 EL Leinsamen, 3 EL Haferflocken

1. Die Hefe mit dem Agavendicksaft in Milch auflösen. Zum Mehl geben, Salz und Öl ergänzen und alles zu einem weichen Hefeteig verkneten, dabei so viel lauwarmes Wasser zugeben wie nötig (circa 50 ml). Den Teig zugedeckt circa 45 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen.

2. Inzwischen den Buchweizen mit kochendem Wasser übergießen, so dass er bedeckt ist, und 30 Minuten quellen lassen. Die Rosinen und Gojibeeren grob hacken. Die Pflaumen in Stücke schneiden.

3. Den Buchweizen in ein Sieb gießen und abtropfen lassen. Mit den Rosinen, Gojibeeren, Pflaumen, Haferflocken, Mandeln, Leinsamen und Flohsamen zum Hefeteig ge-



ben und unterkneten. Den Teig zugedeckt circa 40 Minuten gehen lassen, bis er sein Volumen sichtbar vergrößert hat.

4. Die Haferflocken und Leinsamen zum Wälzen mischen. Den Teig länglich formen (nicht mehr kneten), in der Mischung wälzen und in eine beschichtete Rehrückenform legen. Zugedeckt an einem warmen Ort circa 15 Minuten gehen lassen.

5. Den Ofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

6. Das Brot in der Form in den Backofen schieben und circa 20 Minuten backen. Danach vorsichtig auf ein mit Backpapier belegtes Backblech stürzen und weitere circa 30 Minuten fertig backen. Auf einem Gitter vollständig auskühlen lassen

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Ruhezeit: 1 Stunde 40 Minuten, Backen: 50 Minuten

GRUNDZUBEREITUNG

Toastbröt



Ein fein-buttriges Aroma steigt vom Teller auf, beim Reinbeißen ins Frühstücksbrot knuspert es laut – das kann nur Toastbrot sein. Seit den 1950er-Jahren ist diese Brotsorte bei uns bekannt und verdankt ihre Beliebtheit unter anderem dem Koch Clemens Wilmenrod, der 1955 den „Toast Hawaii“ im Fernsehen als

Snack vorstellte. Von da an tauchte das süßliche Weißbrot mit der feinen Porung als Sandwich oder Frühstücksbrot auf immer mehr Tellern auf. Das Typische am Toast ist nicht nur die praktische quadratische Form, sondern auch das Röstaroma nach dem Toasten: Das entsteht durch den enthaltenen Zucker und die Butter.

☒ TOASTBROT

Zutaten für 1 Kastenbackform (24 cm Länge)

Für den Vorteig: 60 g Weizenmehl (Type 405), 5 g frische Hefe

Für den Hauptteig: 180 g Weizenmehl (Type 550), 25 g Natursauerteig, 60 ml lauwarmer Milch, 1 TL Zucker, 1 Eigelb, 1 TL Rübensirup, 5 g frische Hefe, 20 g weiche Butter, 1 TL Salz, Mehl zum Arbeiten, weiche Butter für die Backform

1. Für den Vorteig das Mehl mit der Hefe und 3 EL lauwarmem Wasser glatt verkneten. Abgedeckt circa 1 Stunde gehen lassen.
2. Anschließend alle Hauptteigzutaten mit 2–3 EL lauwarmem Wasser zum Vorteig geben und alles mit den Knethaken der Küchenmaschine 10–15 Minuten glatt verkneten. Abgedeckt circa 2 Stunden gehen lassen.
3. Den Teig auf bemehlter Arbeitsfläche länglich formen, längs halbieren und beide Stränge ineinanderdrehen. In die gebutterte Backform legen und abgedeckt 1 Stunde gehen lassen.
4. Den Ofen auf 240 Grad Unter- und Oberhitze vorheizen.
5. Das Brot in den Ofen schieben und auf den Boden des Ofens eine Tasse Wasser gießen. Die Ofentür schließen und die Temperatur auf 200 Grad reduzieren. Das Brot 35–40 Minuten backen (Stäbchenprobe). Aus dem Ofen nehmen, aus der Form stürzen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 35 Minuten

Gehzeit: 4 Stunden, Backzeit: 40 Minuten

1 Toastbrot wird in der Kastenform gebacken – so erhält es seine typische Form. Es gibt sogar spezielle Backformen mit Deckel.

2 Selbst gebackenes Toastbrot schmeckt frisch aus dem Ofen lecker, man kann es aber auch noch scheibenweise toasten. 3 Für ein gefülltes Sandwich ist Toast die perfekte Grundlage



☒ MEHRKORN-QUARK-BROT

Zutaten für 1 Brot

100 g Roggenmehl, 250 g Dinkelmehl, 80 g 6-Korn-Mischung, 1 Päckchen Trockenhefe, 1 TL Salz, 75 g Natursauerteig (Reformhaus), 250 g Magerquark, Mehl zum Arbeiten, Salzwasser zum Besprühen, 1 EL Weizenschrot, 1 EL Leinsamen

1. Beide Mehlsorten, die Kornmischung, die Hefe und das Salz vermischen. Mit dem Sauerteig, dem Quark und circa 50 ml Wasser etwa 10 Minuten verkneten. Einen Gärkorb mit Mehl bestäuben, den Teig einfüllen und bei 40 Grad Umluft im Backofen circa 40 Minuten aufgehen lassen, bis sich das Volumen etwa verdoppelt hat.

2. Den Gärkorb mit dem Teig aus dem Ofen nehmen und den Backofen auf 250 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

3. Das Brot auf ein Backblech mit Backpapier stürzen, mit Salzwasser besprühen, mit dem Weizenschrot und den Leinsamen bestreuen. In den Ofen schieben und eine Tasse Wasser auf den Boden des Ofens gießen. Sofort die Ofentür schließen, nach 5 Minuten die Temperatur auf 220 Grad zurückschalten und das Brot circa 35 Minuten backen. Auf einem Gitter auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 25 Minuten

Wartezeit: 40 Minuten, Backzeit: 40 Minuten





☒ DINKEL-VOLLKORNBROT

Zutaten für 1 Brot bzw. für 1 Kastenform (circa 35 cm lang)

5 EL Sonnenblumenkerne, 3 EL Kürbiskerne, 450 g Dinkelvollkornmehl, 1 Päckchen Trockenhefe, 1 TL Salz, 4 EL Leinsamen, 4 EL Sesam, 1 EL Honig, Mehl zum Arbeiten, 1 EL weiche Butter für die Form

1. Die Sonnenblumen- und Kürbiskerne in einer beschichteten Pfanne ohne Fett kurz rösten, beiseitestellen und abkühlen lassen. Das Mehl in eine Schüssel sieben und mit der Hefe und dem Salz vermischen. Leinsamen, Sesam, Sonnenblumen- und Kürbiskerne untermengen.
2. 350 ml lauwarmes Wasser mit Honig verrühren. Die Mischung nach und nach unter das Mehl rühren und alles in circa 10 Minuten zu einem glatten Teig verkneten. Bei Bedarf etwas Wasser oder Mehl einarbeiten. Den Teig leicht mit Mehl bestäuben, in eine Schüssel geben und bei Raumtemperatur circa 45 Minuten gehen lassen.
3. Die Kastenform mit Butter austreichen. Den Teig kurz durchkneten, zu einem länglichen Laib

formen, in die vorbereitete Form legen und mit einem Tuch bedeckt circa 45 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.

4. Den Backofen auf 240 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

5. Den Teig mit einem scharfen Messer einmal mittig der Länge nach einschneiden. Die Form in den Ofen schieben und das Brot circa 10 Minuten anbacken. Anschließend die Temperatur auf 220 Grad reduzieren und das Brot in 40–50 Minuten fertig backen. Herausnehmen, das Brot aus der Form stürzen, mit einem Tuch bedecken und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Ruhezeit: 90 Minuten, Backzeit: 60 Minuten

GRUNDZUBEREITUNG

Topfbrat



Brotbacken für jedermann, quasi mit Gelinggarantie – das verspricht das Topfbrot ohne Kneten. Der Teig braucht zwar lange, doch der Arbeitsaufwand ist minimal: Alle Zutaten werden nur grob zusammengerührt, sodass keine trockenen Mehlklumpen mehr in der Masse sind. Den Rest erledigt die Hefe: Über die Gehzeit von 16 bis 20 Stunden sorgt sie dafür, dass der Teig bindet und aufgeht. Vor dem Backen ist entscheidend, dass der Teig nicht geknetet, sondern nur einige Male gefaltet wird, damit er Spannung erhält. Außerdem wichtig: der richtige Topf. Er muss hitzebeständig sein und einen Deckel haben. Damit sich das Brot später gut herauslöst, muss der Topf gut aufgeheizt sein, bevor der Teig hineinkommt.

☒ TOPFBROT OHNE KNETEN

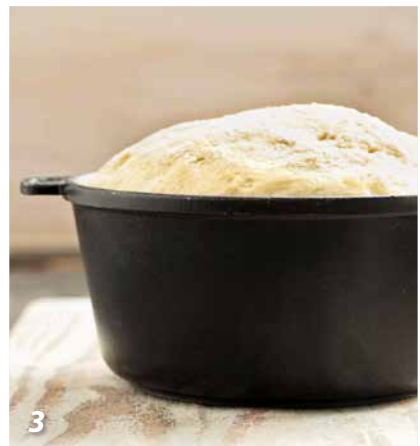
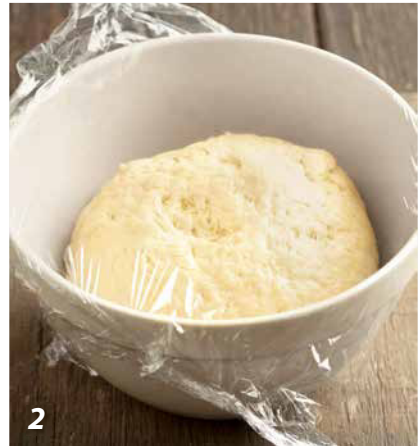
Zutaten für 1 Brotlaib

12 g frische Hefe, 1 EL Zucker, 750 g Weizenmehl Type 550, 1 EL Salz, reichlich Mehl zum Arbeiten

- 1.** Die Hefe mit dem Zucker und 50 ml lauwarmem Wasser verrühren. Das Mehl mit dem Salz in eine Schüssel geben. Die Hefe dazugießen und circa 550 ml lauwarmes Wasser ergänzen. Alles verrühren und abgedeckt im Kühlschrank 12 Stunden gehen lassen. Dann herausnehmen und weitere 4 Stunden bei Zimmertemperatur stehen lassen.
- 2.** Den Backofen auf 200 Grad Unter- und Oberhitze vorheizen. Einen ofenfesten Topf zum Aufheizen hineinstellen.
- 3.** Den sehr weichen Teig auf die bemehlte Arbeitsfläche gleiten lassen. Mit bemehlten Händen 2-mal zu je einem Drittel übereinanderschlagen, dann noch mal beide Seiten. Den Topf aus dem Ofen nehmen (vorsichtig und mit Backhandschuhen arbeiten!) und auf ein Gitter stellen. Den Teig in den Topf legen, den Deckel auflegen und zurück im Ofen circa 1 Stunde backen.
- 4.** Den Deckel abnehmen und das Brot circa 45 Minuten goldbraun fertig backen. Den Topf aus dem Ofen nehmen, kurz abkühlen lassen, das Brot aus dem Topf nehmen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 25 Minuten

Ruhezeit: 16 Stunden, Backzeit: 1 Stunde 45 Minuten



1 Das Brot besteht nur aus wenigen Zutaten. Statt der frischen kann man auch 3 g Trockenhefe (½ TL) verwenden.

2 Das Geheimnis des Brotes ist die lange Gehzeit. 3 Gebacken wird das Brot in einem ofenfesten Topf, z. B. aus Gusseisen

GRUNDZUBEREITUNG

Ciabatta

Ob für Bruschetta, als leckere Beilage zum Grillen oder zusammen mit verschiedenen Brotdips – italienisches Ciabatta schmeckt als leichtes Brot vor allem im Frühling und Sommer bei den unterschiedlichsten Anlässen und ist deshalb nicht umsonst zu einem solchen Klassiker beim Brotbacken geworden. Für das Original braucht man nur wenige, einfache

Zutaten – und Zeit. Denn der Hefeteig sollte über Nacht ruhen. Die lange Teigruhe macht das Brot so aromatisch und sorgt zugleich für seine lockere Krume.

Natürlich schmeckt Ciabatta auch pur. Doch kann man es noch verfeinern: Gehackte Walnüsse, Oliven, Rosmarin oder andere mediterrane Kräuter sind verbreitete Favoriten.

❧ CIABATTA

Zutaten für 1 Brot

10 g Hefe, 1 TL Zucker, 220 g Mehl (Type 405), 300 g Mehl (Type 550), 1 TL feines Meersalz, 3 EL Olivenöl, Mehl zum Arbeiten

1. Für den Vorteig $\frac{1}{3}$ der Hefe mit der Hälfte vom Zucker in 125 ml lauwarmem Wasser auflösen. Das Mehl Type 405 in eine Schüssel geben und in der Mitte eine Mulde formen. Das Hefewasser hineingießen und mit den Knethaken der Rührgeräts oder der Küchenmaschine verkneten. Abgedeckt an einem zugfreien Ort über Nacht gehen lassen.

2. Am nächsten Tag die übrige Hefe mit dem restlichen Zucker in 220 ml lauwarmem Wasser auflösen. Das Mehl Type 550 in einer großen Schüssel mit dem Hefewasser, dem Vorteig, Salz und Öl gründlich verkneten. Abgedeckt 2 Stunden gehen lassen. Alle 30 Minuten mit nassen Händen falten, dabei den Teig von allen Seiten leicht ziehen und jeweils übereinanderschlagen.

3. Den Ofen mit Backstein auf 250 Grad Unter- und Oberhitze vorheizen.

4. Den sehr weichen Teig auf die gut bemehlte Arbeitsfläche geben und circa 2 cm dick flach drücken (nicht kneten). Je $\frac{1}{3}$ des Teiges übereinanderschlagen, um 90 Grad drehen, nach noch mal die beiden Seiten übereinanderfalten und das längliche Brot vorsichtig auf den Backstein legen. Im Ofen circa 35 Minuten goldbraun backen. Vom Blech nehmen und auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 25 Minuten

Gehen lassen: 15 Stunden, Backzeit: 35 Minuten



1 Ein Hefeteig, der über Nacht ruhen muss, ist die Grundlage für luftig-leichtes Ciabatta.

2 Da der Teig recht klebrig ist, alle Untergründe gut bemehlen. **3** Durch die spezielle Faltung einen länglichen Brotlaib formen

✠ MEDITERRANE BROTSTANGEN MIT OLIVEN

Zutaten für 10–12 Stück

½ Würfel frische Hefe (21 g), 1 Prise Zucker, 500 g Weizenmehl (Type 550), 100 g Roggenmehl, 1 gestrichener TL Salz, 2 EL Olivenöl, 80 g schwarze Oliven (entsteint), Mehl zum Arbeiten, 1–2 TL Kräuter der Provence

1. Für den Vorteig die Hefe mit 2 EL lauwarmem Wasser und Zucker verrühren. Dem Hefewasser so viel Weizenmehl beifügen, bis ein weicher Teig entstanden ist. Zugedeckt an einem warmen Ort etwa 20 Minuten gehen lassen, bis der Vorteig Risse an der Oberfläche zeigt.
2. Den Vorteig mit dem restlichen Weizen- und dem Roggenmehl, circa 250 ml lauwarmem Wasser, Salz und Öl zu einem Teig

verkneten, der nicht mehr stark klebt. Falls nötig, die Mehlmenge leicht variieren. Abgedeckt circa 40 Minuten gehen lassen, bis der Teig in etwa das doppelte Volumen erreicht hat.

3. Die Oliven abtropfen lassen und grob hacken. Den Teig noch einmal kurz durchkneten und dabei die Oliven und die Kräuter einarbeiten. Den Teig auf die bemehlte Arbeitsfläche geben, zu einem dicken, rechteckigen Fladen ausrollen und diesen in 10–12 je circa 3 cm breite Streifen schneiden. Die Teigstreifen zu Strängen rollen, leicht in sich verdrehen und auf zwei mit Backpapier belegte Backbleche setzen. Abgedeckt weitere circa 20 Minuten gehen lassen.

4. Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

5. Die Teigstangen im vorgeheizten Backofen circa 20 Minuten goldbraun und knusprig backen. Die fertigen Brotstangen aus dem Ofen nehmen, auskühlen lassen und servieren.

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Ruhezeit: 80 Minuten

Backzeit: 20 Minuten

Ihr *LandIDEE*-Tipp

Anstatt der Oliven kann man dem Teig auch andere aromatische Zutaten beifügen – wie geschnittene, getrocknete Tomaten, kleine Hirtenkäsewürfel oder abgetropfte Kapern.





✧ PITABROTE

Zutaten für 4 Brote

½ Würfel frische Hefe (21 g), 400 g Weizenmehl (Type 550), 1 TL Salz, 40 ml Olivenöl, Mehl für die Arbeitsfläche

1. Die Hefe in circa 175 ml lauwarmem Wasser auflösen. Das Mehl mit dem Salz in eine Rührschüssel geben und durchmischen. Die aufgelöste Hefe mit dem Olivenöl zum Mehl geben und alles mit den Knethaken des elektrischen Handrührgeräts zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Zugedeckt an einem warmen Ort circa 40 Minuten gehen lassen, bis er in etwa das doppelte Volumen erreicht hat.

2. Anschließend den Hefeteig noch einmal kurz durchkneten und in vier gleich große Portionen teilen. Die Teiglinge auf die bemehlte Arbeitsfläche geben und mit feuchten Händen zu runden Fladen formen. Die Fladen auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und mit etwas Wasser

bestreichen. Danach die Teiglinge weitere circa 20 Minuten an einem warmen Ort ruhen lassen.

3. Inzwischen den Backofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

4. Die Pitabrote im vorgeheizten Backofen circa 25 Minuten goldbraun backen. Herausnehmen und auf einem Gitter auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Ruhezeit: 60 Minuten, Backzeit: 25 Minuten

Ihr *Land*IDEE-Tipp

Der Teig für die Pitabrote lässt sich ganz nach Belieben mit Kräutern variieren. Dafür circa 1 TL getrockneten Thymian, Oregano, Rosmarin oder Provencekräuter unter das Mehl mischen. Die Brote eignen sich bestens zum Befüllen mit verschiedenen Aufstrichen, mariniertem Gemüse oder Grillkäse.



✂ FOUGASSE MIT OLIVEN UND ROSMARIN

Zutaten für 2 Brote

½ Würfel frische Hefe (21 g), 500 g Mehl, ½ TL feines Meersalz, 50 ml Olivenöl, Mehl für die Arbeitsfläche, Maisgrieß zum Arbeiten, 100 g schwarze Oliven (entsteint), 1–2 TL gehackter Rosmarin, Olivenöl zum Bestreichen

1. Die Hefe mit circa 200 ml lauwarmem Wasser verrühren. Das Mehl mit dem Salz in einer Schüssel mischen. Die aufgelöste Hefe mit dem Olivenöl zum Mehl geben und alles mit den Knethaken des elektrischen Handrührgeräts zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Zugedeckt an einem warmen Ort circa 45 Minuten bis zum doppelten Volumen gehen lassen.

2. Den Backofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen und mit Maisgrieß bestreuen.

3. Die Oliven gut abtropfen lassen und grob hacken. Den Hefeteig auf bemehlter Arbeitsflä-

che kurz durchkneten, dabei die Oliven und den Rosmarin einarbeiten. Den Teig in 2 Portionen teilen und diese jeweils zu einem ovalen Fladen formen. Mit dem Messer mehrmals einschneiden und den Teig auseinanderziehen, sodass die Blattstruktur sichtbar wird.

4. Die Fladen auf das mit Backpapier belegte und mit Maisgrieß bestreute Blech legen. Mit Öl bestreichen und im Ofen circa 30 Minuten leicht goldbraun backen. Die Brote vom Blech nehmen und auskühlen lassen

Zubereitungszeit: 40 Minuten

Ruhezeit: 45 Minuten, Backzeit: 30 Minuten

☒ GEWICKELTE BROSTSTICKS MIT OLIVENÖL, OREGANO UND MEERSALZ

Zutaten für 10–15 Sticks

Für den Teig: 500 g Mehl, 10 g frische Hefe, circa 250 ml lauwar-
mes Wasser, 1 TL Salz, 3 EL Oli-
venöl, Mehl zum Arbeiten

Zum Fertigstellen: 12–15 lange
Holzspieße, 5 EL Olivenöl, 1–2 EL
Oregano, grobes Meersalz

1. Das Mehl in eine Schüssel sie-
ben und in die Mitte eine Mulde
drücken. Die Hefe zerbröckeln, in
100 ml lauwarmem Wasser auf-
lösen und in die Mulde gießen.
Salz, das übrige Wasser und Öl
zufügen. Alles mit der Gabel ver-
rühren, dann auf einer bemehlten
Arbeitsfläche in circa 10 Minuten
zu einem geschmeidigen Teig
verkneten. Bei Bedarf noch Wasser
oder Mehl einarbeiten. Den Teig
in eine leicht bemehlte Schüssel
geben, mit einem Tuch bedecken
und circa 1¼ Stunden bei Raum-
temperatur gehen lassen.

2. Den Teig auf einer leicht be-
mehlten Arbeitsfläche circa
3 mm dick ausrollen und in 3 bis
4 cm breite Streifen schneiden.
Die Teigstreifen eng um die Holz-

spieße wickeln und die Enden gut festdrücken. Die Spieße quer
auf zwei Bräter legen und noch circa 15 Minuten gehen lassen.

3. Den Backofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

4. Den Teig mit Olivenöl bestreichen und mit Oregano und
Meersalz bestreuen. Die Bräter in den Ofen schieben und die
Brotsticks in 10–15 Minuten goldgelb backen, herausnehmen,
kurz abkühlen lassen und servieren.

Zubereitungszeit: 25 Minuten

Ruhezeit: 2 Stunden, Backzeit: 15 Minuten

Ihr *Land*IDEE-Tipp
Falls keine zwei Bräter in den
Ofen passen, die Brotsticks
portionsweise backen. Man
kann sie auch gut auf dem Rost
eines angeheizten Holzkohle-
oder Gasgrills zubereiten.



GRUNDZUBEREITUNG

Schüttelbrot



Zu einer zünftigen „Brettljausn“, wie man in den Bergen eine Brotzeit mit Speck und Käse nennt, gehört in Südtirol Schüttelbrot – ein hartes, knuspriges Fladenbrot. Bei der Zubereitung wird der Teig durch Schütteln – daher der Name – in die typische dünne Fladenform gebracht. Frisch aus dem Ofen, in Stücke gebrochen, schmeckt's am besten.

❧ SÜDTIROLER SCHÜTTELPROTE

Zutaten für circa 5 Stück

375 g Roggenmehl (Type 1150), 175 g Weizenmehl (Type 550), 7 g Trockenhefe, ½ TL Zucker, ½ TL Fenchelsamen, ½ TL Kümmel, ½ TL Schabzigerklee, ½ TL Korianderkörner, ¼ TL Anissamen, 100 ml Buttermilch, 8 g Salz, Mehl zum Arbeiten, Roggenmehl zum Bestäuben

1. Die Mehle in eine große Schüssel sieben und in die Mitte eine Mulde drücken. Die Hefe in 400 ml lauwarmem Wasser auflösen und den Zucker zufügen. Die Hefemischung in die Mulde gießen, mit etwas Mehl vom Rand verrühren und bei Raumtemperatur 30 Minuten gehen lassen.
2. Die Gewürze im Mörser leicht andrücken, zusammen mit der Buttermilch und dem Salz untermischen und zu einem weichen, klebrigen Teig verkneten. Den Teig mit etwas Weizenmehl bestäuben, mit einem Tuch bedecken und 1 Stunde an einem warmen Ort gehen lassen.
3. Den Teig auf bemehlter Arbeitsfläche gut durchkneten, in 5 Portionen teilen und mit den Händen grob zu Fladen vorformen. Die Fladen nacheinander auf ein großes, rundes Holzbrett legen. Das Brett im Kreis drehen und dabei wiederholt kurz anstoßen („schütteln“), damit der Teig langsam zu einem circa 5 mm dünnen Fladen verläuft.
4. Die Teigfladen auf zwei mit Backpapier belegte Bleche legen, mit Roggenmehl bestäuben und 15 Minuten ruhen lassen.
5. Den Backofen auf 210 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.
6. Die Schüttelbrote circa 25 Minuten goldbraun backen. Die Brote herausnehmen und auf Kuchengittern auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 40 Minuten

Backzeit: 25 Minuten, Ruhezeit: 1 Stunde 45 Minuten



Rustikal: Neben Hefe, Roggen- und Weizenmehl geben besonders die verschiedenen Samen dem Schüttelbrot seinen unverwechselbaren Geschmack. Dazu deftiger Speck und Käse – schon fühlt man sich wie in den Südtiroler Bergen

Ihr *Land*IDEE-Tipp
Sollte das „Schütteln“ der Fladen nicht klappen, kann man den Teig auch mit einem bemehlten Nudelholz dünn ausrollen.

Der Weg zum Brot: Aus Fehlern lernen

Jeder Bäcker freut sich über ein weiches, saftiges, perfekt geformtes Brot. Leider kann beim Backen aber auch einiges schiefgehen, und so ist es praktisch, dass man dem Laib manchmal auf den ersten Blick ansieht, wo der Fehler lag. Beim nächsten Mal sieht unser selbst gemachtes Brot dann gleich viel besser aus.

AUF SPURENSUCHE

Das Brot geht nicht auf: Hier lohnt ein Blick auf das Haltbarkeitsdatum der Hefe. Ist sie abgelaufen, hat sie meist nicht mehr genügend Triebkraft. Außerdem mag Hefe es angenehm warm und feucht. War der Teig niedrigen Temperaturen ausgesetzt, hat er Zugluft abbekommen oder enthält er zu wenig Flüssigkeit, werden die Hefekulturen ebenfalls nicht aktiv.

Die Krume hat Risse: Das passiert, wenn das Brot nicht lange genug geknetet wurde. Beim Kneten entsteht Klebereiweiß (Gluten), das den Teig stabil und zugleich elastisch macht. Meist krümelt das Brot dann auch stark. Auch möglich, dass die Teigoberfläche gar nicht oder



Schneidet man das Brot gar nicht oder nicht tief genug ein, kann sich die Kruste nicht richtig vom Inneren des Brotes lösen. Auch zu wenig Dampf oder ein zu heißer Ofen können Gründe für das Abheben sein

nur spärlich mit Wasser besprüht wurde. So konnte sich im Backofen kein Wasserdampf bilden und das Brot wird zu trocken.

Das Brot läuft beim Backen auseinander: Dann war in der Regel der Teig zu weich. Diesen Fehler kann man beheben, indem man entweder weniger Flüssigkeit zufügt oder den Teig einfach in einer Form backt. Und auch hier gilt: kneten, kneten, kneten. Dann bekommt der Teig mehr Stabilität und das Brot wird beim Backen nicht flach. Zudem ist es wichtig, den Backofen immer gut vorzuheizen, damit der Teig schön gleichmäßig gebacken wird.



Weil Hefe es warm und feucht mag, sollte man bei Hefeteig auf die richtige Temperatur beim Gehen und die Mengenverhältnisse der Zutaten achten – sonst geht er nicht auf

Roggenmehl enthält Enzyme, die verhindern, dass der Brotlaib beim Backen aufgeht. Fügt man genügend Sauerteig hinzu, werden die Enzyme gestoppt und das Brot fällt nicht in sich zusammen



KLEINES
BACKWERK



Nicht nur am Sonntag

KNUSPRIGE BRÖTCHEN
FÜR FRÜHSTÜCK UND BROTZEIT

Semmel, Weggla, Mutschli, Rundstück, Schrippe – für das handliche Gebäck, das uns am Frühstückstisch so viel Freude bereitet, gibt es viele Namen. Aber egal, wie man sie nun nennen möchte, lecker sind Brötchen auf jeden Fall. Nicht nur, dass sie außen wunderbar knusprig und innen schön weich sind, es gibt sie auch in vielen verschiedenen Variationen: mal mit Roggen, mal mit Dinkel, mit frischen Kräutern, Sesam, Kümmel und sogar Trockenfrüchten. In den verschiedenen Regionen Deutschlands und auch in anderen Ländern haben sich einige Sorten entwickelt, die wir Ihnen auf keinen Fall vorenthalten wollen.

VON ITALIEN BIS NACH BERLIN

Vinschgauer sind handtellergröße Fladenbrötchen aus Roggen-Weizen-Sauerteig und Hefe. Sie werden traditionell mit Schabzigerklee, auch Brotklee genannt, Fenchel und Kümmel gewürzt und eignen sich gut als Proviant für längere Wanderungen, da sie lange frisch bleiben. Ähnlich im Geschmack, aber viel dünner und knuspriger ist das Schüttelbrot, das ebenfalls in Südtirol erfunden wurde.

In ganz Italien und auch bei uns beliebt ist das Ciabatta, ein flaches und breites Weißbrot, dessen Form auch namensgebend ist. Denn *ciabatta* ist das italienische Wort für „Pantoffel“. Typisch für dieses helle Brot sind die großen Luftlöcher im Inneren sowie die feste Kruste. Auch als Brötchen schmeckt das Ciabatta ganz wunderbar und wird durch die Zugabe von verschiedenen Zutaten, zum Beispiel getrock-



In den USA sind Bagels ein beliebtes Frühstücksgesbäck. Die Hefekringel werden vor dem Backen kurz in Wasser gekocht. Das Loch verkürzt die Garzeit und erleichtert das Herausfischen aus dem Topf

neten Tomaten, Oliven, Kräutern oder etwas Oregano, zum mediterranen Genuss. In gutes Olivenöl und Salz tunken – wunderbar.

Weniger bekannt ist dagegen der Berliner Schusterjunge, der mit einem Roggenanteil von bis zu 70 Prozent – ähnlich der Maurersemmel – besonders lange satt macht und einst die ideale Mahlzeit für alle Schuster bzw. Maurer war. Die Brötchen bestehen aus einem Natursauerteig, der mit gemahlenem Kümmel verfeinert wird. Die Rezepte zu diesen regionalen Leckereien gibt es auf den folgenden Seiten. So wird jeder Tag im Nu zum Sonntag.



TOMATENBRÖTCHEN

Zutaten für 16 Brötchen

60 g Zwiebeln, 3 EL Olivenöl, circa 200 ml Milch, 20 g Tomatenmark, 1 Würfel frische Hefe (42 g), 75 g getrocknete Tomaten in Öl, 700 g Weizenmehl (Type 550), 2 TL Salz, 50 g Zucker, 3 EL Öl von den eingelegten Tomaten

1. Die Zwiebel schälen, fein würfeln und in einer Pfanne mit heißem Öl glasig anschwitzen. Die Milch erwärmen und das Tomatenmark einrühren, vom Herd nehmen, die Hefe hineinbröckeln und verrühren. Die getrockneten Tomaten abtropfen lassen und in kleine Würfel schneiden.

2. Das Mehl in eine Schüssel sieben. In die Mitte eine Mulde drücken. Die Zwiebeln, Milch, Salz, Zucker und Tomaten-Öl hineingeben und alles zu einem glatten Teig verkneten. Zum Schluss die Tomatenwürfel einarbeiten. Den Teig zu einer Kugel formen, zudecken und an einem warmen, zugfreien Ort etwa 30 Minuten gehen lassen.

3. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche in 16 Stücke teilen, zu länglichen Brötchen formen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Zugedeckt nochmals 30 Minuten gehen lassen.

4. Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

5. Die Brötchen längs einschneiden und in den vorgeheizten Backofen schieben. Etwa 20 Minuten goldbraun backen, Stäbchenprobe machen. Aus dem Ofen nehmen und auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.

Zubereitungszeit: 45 Minuten

Gehzeit: 60 Minuten

Backzeit: 20 Minuten

Ihr *Land*IDEE-Tipp

Hervorragend zu den Brötchen passt Basilikumbutter: 250 g Butter mit 2 Handvoll Basilikum, 1–2 Knoblauchzehen und Salz mit dem Stabmixer zu einer glatten Masse pürieren.

☒ BERLINER SCHUSTERJUNGEN

Zutaten für 18–20 Brötchen

75 g flüssiger Natursauerteig, 400 g Roggen-Vollkornmehl, 1 Würfel Hefe (42 g), 1 TL Zucker, 400 g Weizenmehl, 100 g saure Sahne, 1 EL Salz, 1 TL gemahlener Kümmel, Mehl zum Arbeiten

1. Den Sauerteig mit 500 ml lauwarmem Wasser verrühren, das Roggenmehl einrühren und mit Frischhaltefolie bedeckt über Nacht bei Zimmertemperatur gären lassen.

2. Die Hefe in 3 EL lauwarmem Wasser mit dem Zucker auflösen. Mit dem Weizenmehl, der sauren Sahne, Salz, Kümmel sowie dem Sauerteig in einer Schüssel mit den Knethaken des Handrührgeräts (oder der Küchenmaschine) gründlich durchkneten. Zugedeckt an einem warmen Ort circa 1 Stunde gehen lassen. Anschließend nochmals kräftig kneten und wiederum circa 1 Stunde gehen lassen.

3. Zwei Backbleche mit Backpapier belegen. Den Teig nochmals durchkneten und in 18–20 Portionen teilen. Mit gut bemehlten Händen jeweils

aus dem sehr weichen Teig rechteckige Brötchen formen, auf die Backbleche legen und zugedeckt nochmals 30 Minuten gehen lassen.

4. Den Backofen auf 190 Grad Unter- und Oberhitze vorheizen und eine feuerfeste Schale mit heißem Wasser hinstellen.

5. Die Brötchenoberfläche mit einem Messer über Kreuz einritzen und mit Mehl bestäuben. Die Backbleche nacheinander in den vorgeheizten Backofen schieben und jeweils circa 30 Minuten backen. Die Brötchen vorsichtig vom Blech nehmen und auskühlen lassen. Nach Belieben mit Schmalz servieren.

Zubereitungszeit: 45 Minuten

Wartezeit: 14 Stunden 30 Minuten

Backzeit: 60 Minuten



❖ FEIGENBRÖTCHEN

Zutaten für 6–8 Brötchen

5–6 getrocknete Feigen (Softfeigen), 500 g Mehl, ¼ TL Trockenhefe, 2 TL Salz, Mehl für die Arbeitsfläche

1. Die Feigen klein schneiden. Mit dem Mehl, der Hefe, dem Salz und 350 ml warmem Wasser verkneten und zugedeckt 12 Stunden ruhen lassen.
2. Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.
3. Den relativ klebrigen Teig auf bemehlter Fläche großzügig mit Mehl bestäuben, rechteckig circa 4 cm dick ausrollen und in 6–8 rechteckige Brötchen schneiden. Auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen, längs einritzen und 20–25 Minuten gut gebräunt backen

Zubereitungszeit: 15 Minuten

Wartezeit: 12 Stunden, Garzeit: 25 Minuten



❖ KRÄUTER-QUARK-BRÖTCHEN



Zutaten für circa 12 Stück

250 g Dinkelmehl, 250 g Weizenmehl, 2 TL Backpulver, 1 EL Salz, 1 Prise Zucker, 250 g Quark, 2 Eier, 120 ml Rapsöl, 4–5 EL Milch (nach Bedarf), 2–3 Handvoll gemischte Kräuter (z. B. Brennnessel, Bärlauch, Löwenzahn, Petersilie, Kerbel, Sauerampfer), 2 EL Mohnsamen, 2 EL Sesamsamen

1. Beide Mehle mit dem Backpulver, Salz und Zucker in eine Schüssel geben und gut vermischen. Den Quark mit den Eiern und dem Öl glatt rühren, zur Mehlmischung in die Schüssel geben und alles zu einem glatten Teig verkneten. Dabei nach Bedarf noch etwas Milch ergänzen.

2. Die Kräuter abbrausen, trocken schütteln, abzupfen und fein hacken. Unter den Teig arbeiten, zu einer Kugel formen und in Frischhaltefolie gewickelt circa 30 Minuten kalt stellen.

3. Den Backofen auf 200 Grad Unter- und Oberhitze vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen.

4. Den Teig zu einem Strang formen und in circa 12 Stücke teilen. Zu runden Brötchen formen und

auf das Backblech legen. Jeweils längs einmal einschneiden und mit Wasser bestreichen. Die Hälfte der Brötchen mit Mohn, die zweite Hälfte mit Sesam bestreuen.

5. Im vorgeheizten Backofen circa 20 Minuten goldbraun backen. Auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 25 Minuten

Kühlzeit: 30 Minuten, Backzeit: 20 Minuten

❧ VINSCHGAUER

Zutaten für circa 10 Stück

Für den Vorteig: 220 g Roggenmehl, 5 g frische Hefe

Für den Hauptteig: 600 g Roggenmehl, 100 g Weizenmehl, 15 g Trockensauerteig, ½ Würfel frische Hefe (21 g), 20 g Salz, 10 g gemahlener Fenchel, 5 g gemahlener Kümmel, 5 g gemahlener Brotklee, Roggenmehl zum Arbeiten

1. Für den Vorteig das Roggenmehl mit der Hefe und 200 ml lauwarmem Wasser in der Küchenmaschine verkneten. In der Schüssel abgedeckt circa 1 Stunde ruhen lassen.

2. Alle Zutaten für den Hauptteig zum Vorteig geben, circa 600 ml lauwarmes Wasser ergänzen und zu einem weichen Teig verkneten. In der Schüssel weitere circa 30 Minuten ruhen lassen.

3. Den weichen Teig auf eine gut bemehlte Arbeitsfläche geben und in etwa 10 Stücke teilen. Mit etwas Mehl bestreuen, zu Fladen formen und mit Abstand auf mit



Backpapier belegte Backbleche legen. Abgedeckt noch einmal circa 30 Minuten gehen lassen.

4. Den Ofen auf 220 Grad Unter- und Oberhitze vorheizen.

5. Die Vinschgerl blechweise nacheinander im unteren Drittel des vorgeheizten Ofens circa 15 Minuten anbacken. Die Temperatur auf 190 Grad reduzieren und 20–30 Minuten goldbraun fertig backen. Aus dem Ofen nehmen und auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 40 Minuten, Wartezeit: 2 Stunden

Backzeit jeweils: 45 Minuten

☒ DINKEL-ROGGEN-BRÖTCHEN

Zutaten für 12 Brötchen

260 g Dinkelmehl, 375 g Weizenmehl, 115 g Roggenmehl, 15 g Salz, 30 g frische Hefe, 1½ TL Zucker, 225 ml Buttermilch, Mehl zum Arbeiten, 2 EL Kümmelsamen, 2 EL heller Sesam, 2 EL Leinsamen

1. Alle Mehlsorten in eine große Schüssel sieben, mit dem Salz vermengen und eine Mulde eindrücken. Die Hefe in eine kleine Schüssel bröckeln, den Zucker zufügen und mit 100 ml lauwarmem Wasser verrühren. Die Hefemischung zum Mehl gießen, die Buttermilch zufügen und unterkneten, dabei noch circa 125 ml lauwarmes Wasser einarbeiten und alles zu einem glatten Teig verkneten. Die Schüssel mit einem Tuch bedecken

und den Teig circa 2½ Stunden gehen lassen.

2. Ein Backblech mit Backpapier belegen. Den Teig auf bemehlter Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten, in 12 Portionen teilen und jeweils zu runden Teiglingen formen. Die Teiglinge auf das Blech setzen und zugedeckt bei Raumtemperatur erneut circa 30 Minuten gehen lassen.

3. Den Backofen auf 250 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.



4. Die Teiglinge mit Kümmel, Sesam und Leinsamen bestreuen. Das Blech in den Ofen schieben, 1 Tasse kochendes Wasser auf den Backofenboden schütten und die Ofentür sofort wieder schließen.

5. Nach 7 bis 10 Minuten die Ofentür kurz öffnen und den Dampf ablassen. Die Temperatur auf 200 Grad reduzieren und die Brötchen in circa 20 Minuten fertig backen. Die Brötchen aus dem Ofen nehmen und auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Backzeit: 30 Minuten

Ruhezeit: 3 Stunden



❧ EINFACHE CIABATTABRÖTCHEN

Zutaten für circa 9 Brötchen

½ Würfel frische Hefe, 1 TL Zucker, 500 g Mehl (Type 405), 2 TL Meersalz (fein), 3 EL Olivenöl, Mehl zum Arbeiten und Bestäuben

1. Die Hefe zusammen mit dem Zucker in 150 ml lauwarmem Wasser auflösen. Das Mehl in eine Schüssel geben und in der Mitte eine Mulde bilden. Das Hefewasser hineingießen, mit etwas Mehl vom Rand verrühren und diesen Vorteig etwa 10 Minuten ruhen lassen.

2. Weitere 150 ml Wasser, Salz und Olivenöl zum Teig geben und so lange kneten, bis ein geschmeidiger Teig entstanden ist. Falls nötig, etwas Mehl oder Wasser ergänzen. Den Teig in eine Schüssel geben und abgedeckt an einem warmen Ort etwa 40 Minuten ruhen lassen.

3. Die Arbeitsfläche gut bemehlen. Da der Teig recht klebrig ist, erst einige Male den Teig von

außen nach innen falten, sodass eine rundum bemehlte Kugel entsteht. Für die Brötchen den Teig mit den Händen zu einem Strang rollen. Diesen in etwa 9 Teile schneiden und daraus die Brötchen formen. Dafür die Teiglinge rechteckig leicht flach drücken. Je ⅓ des Teiges übereinanderschlagen und auf diese Weise längliche Brötchen formen. Mit Abstand auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen, noch mal leicht bemehlen und weitere 10 Minuten gehen lassen.

4. Den Backofen auf 220 Grad Unter- und Oberhitze vorheizen. Eine feuerfeste Schüssel mit Wasser mit in den Ofen geben.

5. Die Brote im vorgeheizten Ofen circa 15–20 Minuten goldbraun backen. Vom Blech nehmen und auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 35 Minuten

Gehen lassen: 60 Minuten

Backzeit: 15–20 Minuten

GRUNDZUBEREITUNG



Kartoffelbrötchen

Knusprige Schale, saftiger Kern – das sind Kartoffelbrötchen. An der Oberfläche oft besonders knackig, wird ihr Inneres durch die gekochten und geriebenen Kartoffeln im Teig wunderbar fluffig und saftig. Die geheime Zutat in unserem Rezept ist Dunkelbier. Dadurch werden die Brötchen besonders würzig. Viel mehr als etwas Butter oder Frischkäse, Salz und frischen Schnittlauch oder Kresse braucht es nicht für eine schmackhafte Brotzeit.

Bleiben Brötchen übrig, kann man sie problemlos einfrieren und später im Backofen bei 170 Grad circa 10–15 Minuten aufbacken. Dann schmecken sie fast so gut wie frisch aus dem Ofen.

❏ KARTOFFELBRÖTCHEN

Zutaten für 10 Stück

250 g gegarte Kartoffeln vom Vortag (mehligkochend), 250 g Roggenmehl, 250 g Weizenmehl, 1 TL Salz, 1 TL Zucker, 150 g Natursauerteig, 150 ml Dunkelbier (Zimmertemperatur), 15 g frische Hefe, Mehl zum Arbeiten

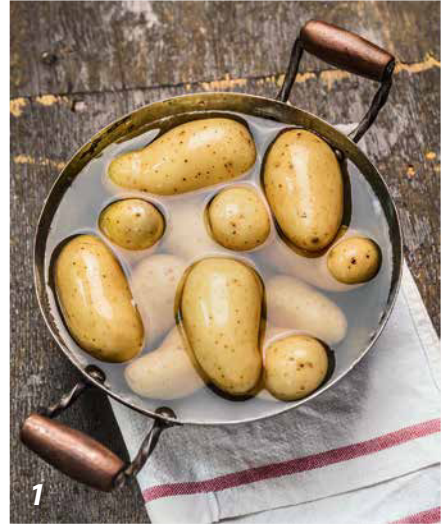
1. Die Kartoffeln pellen und in eine Schüssel reiben. Beide Mehle, das Salz, Zucker, Sauerteig und Bier zugeben. Die Hefe mit 2–3 EL lauwarmem Wasser anrühren, dazugießen und alles mit den Knethaken der Küchenmaschine glatt verkneten. Abgedeckt circa 2 Stunden gehen lassen.

2. Den Teig mit der Hand auf bemehlter Arbeitsfläche nochmals kneten. In 10 Teile teilen und zu runden Brötchen formen, mit Mehl bestreuen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Abgedeckt weitere circa 30 Minuten gehen lassen.

3. Den Ofen auf 240 Grad Unter- und Oberhitze vorheizen.

4. Die Brötchen rautenförmig einschneiden und in den Ofen schieben. Eine Tasse Wasser auf den Boden des Herds gießen und die Tür rasch schließen. Etwa 10 Minuten backen, die Temperatur auf 200 Grad reduzieren und die Brötchen circa 20–30 Minuten fertig backen. Aus dem Ofen nehmen und auskühlen lassen.

**Zubereitungszeit: 40 Minuten, Gehzeit: 2 Stunden
30 Minuten, Backzeit: circa 40 Minuten**



1 Sind am Vortag Kartoffeln übrig geblieben, kann man sie wunderbar für den Brötchenteig verwenden. 2 Den Teig erst gehen lassen, dann nochmals kneten und zu Brötchen formen

Ihr *Land*IDEE-Tipp

Wer möchte, kann den Teig noch mit einigen Saaten wie Leinsamen oder Sonnenblumenkernen verfeinern. Diese dann vor der Verarbeitung in Wasser etwas quellen lassen.

GRUNDZUBEREITUNG



Scones

Wenn es in England 5 Uhr nachmittags schlägt, ist es an der Zeit für eine Tasse Tee. Ein Gebäck darf dazu nicht fehlen: Scones. Die kleinen, leicht süßlichen Brötchen werden halbiert und mit einer Art dickem Rahm und fruchtiger Marmelade gereicht – ein Gedicht. Und das Beste: Man kann sie ganz einfach

zu Hause selbst backen. Da nur Backpulver als Triebmittel verwendet wird, sind sie sehr schnell zubereitet. Für eine goldige Kruste bestreicht man sie vor dem Backen noch mit einer Mischung aus 1 Eigelb und 1 EL Wasser. Wer möchte, kann auch einige Rosinen oder getrocknete Cranberries mit einbacken.

☒ SCONES

Zutaten für circa 8 Stück

225 g Mehl, ½ Päckchen Backpulver,
50 g Butter, 40 g Zucker, 150 ml Milch, Mehl
zum Arbeiten

1. Das Mehl mit dem Backpulver in eine Rührschüssel geben. Die Butter in Würfel schneiden und mit dem Mehl zu Bröseln verarbeiten. Den Zucker untermengen und in der Mitte eine Mulde formen. Die Milch hineingießen und unterrühren. Auf der bemehlten Arbeitsfläche rasch zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Nach Bedarf noch etwas Mehl oder Milch zufügen, bis der Teig nicht mehr an den Händen klebt.

2. Den Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

3. Den Teig etwa 1½–2 cm dünn ausrollen und mit einem runden Ausstecher Kreise von etwa 5 cm Durchmesser ausstechen. Die Teigkreise nebeneinander auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und im vorgeheizten Ofen 10–15 Minuten goldbraun backen. Aus dem Ofen nehmen und auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 40 Minuten

Backzeit: 15 Minuten

Ihr *Land*IDEE-Tipp

Traditionell werden die feinen Scones mit dickem Rahm, sogenannter „clotted cream“, und Honig oder Konfitüre serviert.



1 Die Zutaten so lange zu einem Teig verkneten, bis er nicht mehr an den Händen klebt. Da keine Hefe enthalten ist, muss er nicht ruhen. **2** Aus dem ausgerollten Teig gleichmäßige Kreise ausstechen. **3** Die Teiglinge auf das Backblech legen und 15 Minuten im Ofen backen

☒ BREZENSTANGEN

Zutaten für 8-10 Stück

30 g frische Hefe, 250 ml lauwarme Milch, 400 g Weizenmehl Type 550, 50 g weiche Butter, 1 EL Salz, ½ TL Zucker, Mehl zum Arbeiten, Natronlauge (4-prozentig), grobes Salz

1. Die Hefe zerbröckeln und in 100 ml lauwarmer Milch auflösen. Das Mehl in eine Schüssel sieben und eine Mulde eindrücken. Die angerührte Hefe zugießen, mit etwas Mehl vom Rand zu einem Vorteig verrühren und diesen circa 20 Minuten zugedeckt gehen lassen.

2. Die übrige Milch, Butter, Salz und Zucker zufügen und alles zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig zur Kugel formen, in die Schüssel zurücklegen und mit einem Tuch bedeckt circa 1 Stunde an einem warmen Ort gehen lassen.

3. Den Backofen auf 240 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen.

4. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals kräftig durchkneten. Den Teig in 3 Portionen teilen, zu langen Strängen rollen und 5–10 Minuten antrocknen lassen. Handschuhe anziehen, die Teigstränge mit Hilfe zweier Schaumlöffel in Natronlauge tauchen und auf das Backblech setzen. Die Oberfläche mit einem kleinen, scharfen Messer mehrmals schräg einschneiden und mit grobem Salz bestreuen.

5. Das Blech auf der mittleren Schiene in den vorgeheizten Ofen schieben und die Laugenstangen in circa 25 Minuten goldbraun und knusprig backen. Vom Blech nehmen, die Laugenstangen auf einem Kuchengitter auskühlen lassen und nach Belieben mit Butter oder Senf servieren.

Zubereitungszeit: 40 Minuten

Backzeit: 25 Minuten

Ruhezeit: 90 Minuten



Ihr *Land*IDEE-Tipp

Fertig angerührte vierprozentige Natronlauge (Brezellaugen) gibt es in der Apotheke. Beim Arbeiten unbedingt Handschuhe und Schutzbrille tragen! Alternativ kann man aus 4 EL Backnatron auf 1 Liter Wasser eine Lauge anrühren. Diese aufkochen und die Teiglinge 30 Sekunden darin baden. Das Gebäck wird so auch braun, allerdings ist der Geschmack nicht ganz original.



❖ DINKELBRÖTCHEN MIT KÜMMEL, SESAM & ROGGENSCHROT

Zutaten für 12 Brötchen

½ Würfel frische Hefe (21 g), circa 750 g Dinkel-Vollkornmehl, 2 EL Backmalz, 2 TL Salz, 1 Eigelb, 2 EL Sesam, 2 EL Kümmelsamen, 2 EL Roggenschrot

1. Die Hefe in 460 ml lauwarmem Wasser auflösen. Zusammen mit dem Mehl, dem Backmalz und 2 TL Salz zu einem glatten Teig verkneten, der noch leicht kleben darf. Bei Bedarf Wasser oder Mehl hinzufügen. Zugedeckt an einem warmen Ort circa 30 Minuten aufgehen lassen.

2. Mit angefeuchteten Händen 12 Brötchen formen und auf einem Backblech mit Backpapier verteilen. Zugedeckt nochmals 30 Minuten aufgehen lassen.

3. Den Backofen auf 225 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

4. Das Eigelb mit 3–4 EL Wasser verquirlen und die Brötchen damit bestreichen. 4 Brötchen mit dem Sesam, 4 Brötchen mit dem Kümmel und die restlichen Brötchen mit dem Schrot bestreuen. Eine Schale Wasser in den vorgeheizten Backofen stellen und die Brötchen zunächst für circa 8 Minuten backen. Die Temperatur auf 200 Grad reduzieren und die Brötchen in circa 12 Minuten fertig backen.

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Gehen lassen: 60 Minuten

Backzeit: 20 Minuten



☒ OLIVEN-TOMATEN-BRÖTCHEN

Zutaten für 12 Stück

Für die Brötchen: 300 g Mehl, 1 TL Salz, 15 g frische Hefe, 1 TL Zucker, circa 150 ml lauwarme Milch, 3 EL Olivenöl, 1 Ei, 2 Frühlingszwiebeln, 80 g grüne Oliven (entsteint), 40 g getrocknete Tomaten in Öl, 2 Stängel Oregano

Außerdem: Mehl zum Arbeiten, Olivenöl für die Backform und zum Bepinseln, 40 g Pinienkerne

1. Das Mehl mit dem Salz in eine Schüssel geben. Die Hefe mit dem Zucker in der Milch auflösen und zum Mehl gießen. Das Öl und das Ei zugeben und alles zu einem glatten Teig verkneten. Nach Bedarf die Milchmenge leicht variieren. Abgedeckt circa 1 Stunde gehen lassen.

2. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in feine Ringe schneiden. Die Oliven und die Tomaten gut abtropfen lassen und beides klein schneiden. Den Oregano abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein hacken.

3. Die Mulden eines Muffinbackblechs mit Öl auspinseln. Den Teig auf bemehlter Arbeitsfläche durchkneten und dabei die Frühlingszwiebeln,

Oliven, Tomaten und den Oregano einarbeiten. Zu einem Strang formen und in 12 Stücke teilen. Zu runden Brötchen formen und in die Mulden legen. Abgedeckt weitere circa 30 Minuten gehen lassen.

4. Den Backofen auf 180 Grad Unter- und Oberhitze vorheizen.

5. Den Teig mit Öl bepinseln und mit den Pinienkernen bestreuen. Die Brötchen im vorgeheizten Ofen circa 25 Minuten goldbraun backen. Herausnehmen und im Blech auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 35 Minuten

Gehzeit: 90 Minuten

Backzeit: 25 Minuten

☒ VOLLKORN-WALNUSSEBRÖTCHEN

Zutaten für 12 Stück

Für die Brötchen: 150 g Weizenvollkornmehl, 250 g Roggenvollkornmehl, 100 g gemahlene Walnüsse, ½ TL gemahlener Koriander, ½ TL gemahlener Kümmel, 1 EL Salz, 15 g frische Hefe, 250 ml lauwarme Milch, 1 TL brauner Zucker, 75 g Natursauerteig

Außerdem: Pflanzenöl für die Förmchen, Mehl zum Arbeiten, 60 g Walnuskerne

1. Beide Mehlsorten mit den Nüssen, dem Koriander, Kümmel und Salz in einer Schüssel vermischen. Die Hefe in der Milch mit Zucker auflösen und zur Mehlmischung geben. Den Sauerteig und circa 180 ml lauwarmes Wasser ergänzen. Mit den Knethaken der Küchenmaschine zu einem glatten Teig verkneten. Abgedeckt circa 1 Stunde gehen lassen.

2. Die Mulden eines Muffinbackblechs mit Öl auspinseln. Den Teig auf bemehlter Arbeitsfläche kurz durchkneten, zu einem Strang formen und in 12 Stücke teilen. Zu runden Brötchen wirken

und in die Mulden der Form legen. Abgedeckt nochmals circa 30 Minuten gehen lassen.

3. Den Backofen auf 200 Grad Unter- und Oberhitze vorheizen.

4. Den Teig mit Wasser bepinseln. Die Walnüsse hacken und jeweils auf die Mitte der Brötchen streuen und leicht eindrücken. Im vorgeheizten Ofen circa 30 Minuten backen. Auf ein Kuchengitter setzen und auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 35 Minuten

Gehzeit: 90 Minuten

Backzeit: 30 Minuten



✂ BAGELS MIT SCHWARZKÜMMEL

Zutaten für 8–10 Stück

500 g Weizenmehl, 1 Päckchen Trockenhefe,
1 TL Zucker, 1 TL Salz, 2 EL Sonnenblumenöl,
Mehl zum Arbeiten, 1 EL Blütenhonig, 2 Eigelb,
2 EL Schwarzkümmel

1. Das Mehl in eine Rührschüssel sieben und mit der Hefe vermischen. Zucker, Salz, Öl und circa 250 ml lauwarmes Wasser zufügen und alles zu einem glatten Teig verrühren. Dabei noch circa

50 ml lauwarmes Wasser einarbeiten. Den Teig mit den Knethaken der Küchenmaschine circa 10 Minuten kneten, bis er glatt und elastisch ist. Abgedeckt circa 1 Stunde gehen lassen.

2. Ein Backblech mit Backpapier belegen. Den Teig auf bemehlter Arbeitsfläche kurz durchkneten, in 8–10 Portionen teilen und zu Kugeln formen. Mit dem Kochlöffelstiel ein Loch in die Mitte bohren und durch kreisende Bewegungen auf 3–4 cm erweitern. Die Kringle leicht flach drücken

und mit Abstand auf das Blech setzen. Mit einem Tuch bedeckt circa 30 Minuten gehen lassen.

3. Den Backofen auf 210 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

4. Einen weiten Topf zur Hälfte mit Wasser füllen, den Honig zufügen und zum Kochen bringen, dann die Temperatur etwas reduzieren. Die Bagels portionsweise vorsichtig in das siedende Wasser legen und 30 Sekunden ziehen lassen. Vorsichtig wenden und auf der anderen Seite ebenfalls 30 Sekunden ziehen lassen. Dann mit

dem Schaumlöffel herausnehmen, kurz abtropfen lassen und auf das Blech setzen.

5. Die Eigelbe mit 2 EL Wasser verquirlen, die Bagels damit bestreichen und mit Schwarzkümmel bestreuen. Im vorgeheizten Backofen in 25–30 Minuten goldgelb backen. Die Bagels aus dem Ofen nehmen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 50 Minuten

Ruhezeit: 90 Minuten

Gar- und Backzeit: 35 Minuten

SAUERTEIG-BISCUITS

Zutaten für 12 –14 Brötchen

500 g Mehl, 1 TL Salz, ½ TL gemahlener Kardamom, ½ Würfel Hefe (21 g), 200 ml lauwarme Milch, 1 EL Honig, 60 g weiche Butter, 20 g flüssiger Sauerteig, Butter für die Form, Mehl zum Arbeiten

1. Das Mehl mit Salz und Kardamom mischen und in die Mitte eine Mulde machen. Die Hefe mit der Milch und dem Honig glatt rühren und in die Mulde geben. Mit wenig Mehl vermischen und zugedeckt circa 15 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen.

2. Die Butter in Stücken und den Sauerteig dazugeben und alles mit den Knethaken der Küchenmaschine zu einem glatten Teig verkneten, der sich vom Schüsselrand löst. Bei Bedarf noch wenig Mehl oder Wasser zugeben. Den Teig zugedeckt circa 1 Stunde gehen lassen, bis er in etwa das doppelte Volumen hat.

3. Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen. Eine Springform (26 cm) buttern.

4. Den Teig auf bemehlter Fläche

circa 3–4 cm dick ausrollen und runde Brötchen von circa 5 cm Durchmesser ausstechen. Dicht an dicht in die Form setzen und im vorgeheizten Ofen circa 20 Minuten backen.

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Wartezeit: 75 Minuten, Backzeit: 20 Minuten



GRUNDZUBEREITUNG

Milchbrötchen



Wer beim Frühstück schon um Süßes keinen Bogen machen kann, der muss es einmal hiermit probieren: fluffige Milchbrötchen, die gerade aus dem Ofen kommen. Bricht man sie entzwei, knackt die dünne Kruste leise auf und ein süßer Dampf steigt einem in die Nase. Der

Friskäse zerfließt samtig auf dem lockeren Brötchen, die Marmelade bringt das fruchtige i-Tüpfelchen – für diesen Genuss zeitig aufzustehen, lohnt sich. Denn das muss man sagen: Frische Milchbrötchen am Morgen vertreiben Kummer und Sorgen.

✂ MILCHBRÖTCHEN

Zutaten für 20 Stück

Für den Teig: 500 g Weizenmehl, ½ Würfel frische Hefe (21 g), 300 ml lauwarme Milch, 50 g zerlassene Butter, 50 g Zucker, ½ TL Salz

Zum Bestreichen und Bestreuen: 2 Eigelb (Größe M), 2 EL Milch, 30 g Hagelzucker

1. Das Mehl in eine Schüssel sieben. Eine Mulde eindrücken, die Hefe hineinbröckeln, mit Milch auflösen und etwas Mehl vom Rand untermischen. Den Ansatz mit Mehl bestäuben. Die Schüssel mit einem Tuch abgedeckt an einen warmen, zugfreien Ort stellen, bis der Teig Risse zeigt.

2. Die zerlassene Butter mit Zucker und Salz mischen und zum Vorteig geben. Mit den Knethaken der Küchenmaschine zunächst auf niedrigster Stufe, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Minuten zu einem glatten Teig verarbeiten. Zugedeckt gehen lassen, bis der Teig das Doppelte seines Volumens erreicht hat.

3. Den Teig auf leicht bemehlter Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten. In 20 Portionen teilen und alle zu 10 cm langen Brötchen formen. Nebeneinander auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, dabei jeweils etwas Platz dazwischen lassen. Zugedeckt nochmals 15–20 Minuten gehen lassen.

4. Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

5. Eigelbe mit der Milch verquirlen, die Brötchen damit bestreichen und mit Hagelzucker bestreuen. Im vorgeheizten Ofen 20–25 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen, auf ein Kuchengitter legen und auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Gehzeit: circa 80 Minuten, Backzeit: circa 25 Minuten



1 Der Hefeteig für die Brötchen wird mit Milch angerührt – daher der Name des Gebäcks. 2 Die frische Hefe sorgt für die nötige Fluffigkeit der Brötchen. 3 Die süßen Brötchen werden vor dem Backen mit Eigelb bestrichen und mit Hagelzucker bestreut

GUT ZU WISSEN

Teig richtig kneten

Vor und nach dem Gehen müssen die meisten Teige kräftig geknetet werden, bis sie locker und elastisch sind. Wir erklären Schritt für Schritt, wie es geht.



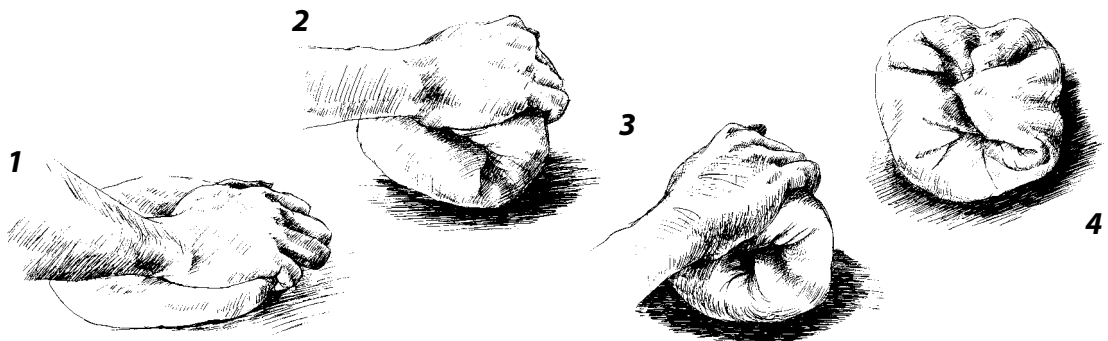
Für ein weiches und zugleich festes Brot, das beim Backen nicht auseinandergeht oder in sich zusammenfällt, ist das Kneten unerlässlich. Dadurch bildet sich Klebereiweiß, das den Teig zusammenhält und für eine schöne Struktur der Krume sorgt. Die Dauer der Knetphase hängt von verschiedenen Faktoren ab, zum Beispiel von der Art und Qualität des Mehls, von der Gärung und natürlich auch von der

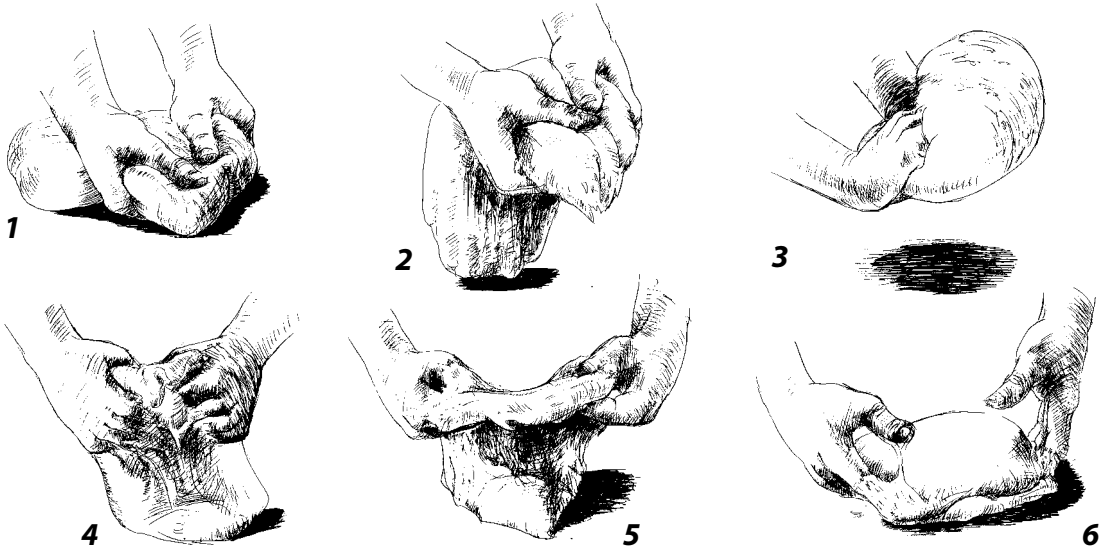
Konsistenz des Teigs. Schreibt ein Rezept vor, wie lange der Teig geknetet werden muss, ist es ratsam, sich auch daran zu halten.

FESTER ODER WEICHER TEIG

Um ein Gefühl für die Beschaffenheit des Teigs zu bekommen, ist es am besten, ihn mit den Händen zu bearbeiten. Roggenbrote bilden hier jedoch die Ausnahme, da sich ihr Teig von

Feste Teige: 1 Den Teig mit dem Handballen vom Körper weg drücken. 2 Zur Mitte zurückziehen und mit dem Handballen festdrücken. 3 Den Teig erneut dehnen, dabei den Teigballen etwas drehen, wieder zurückholen und mittig andrücken. 4 Die Schritte wiederholen, bis der Teig straff, glatt und homogen ist. Am Ende entsteht auf der Unterseite eine glatte Teighaut, auf der anderen Seite befindet sich der sogenannte Schluss





Weiche Teige: 1 Den Teig am hinteren Ende (bei Wiederholung der Schrittfolge seitlich) greifen. 2 Den Teig nach oben ziehen. 3 Vom Körper weg nach oben schwingen. 4 Den Teig mit Wucht auf die Arbeitsfläche schlagen und dann zum Körper nach oben ziehen (dehnen). 5 Den gedehnten Teig über den auf der Arbeitsfläche klebenden Teil schlagen. 6 Der Teig ist vollständig auf den unteren Teil geschlagen. Alle Schritte bis zur gewünschten Teigkonsistenz wiederholen

Hand kaum bearbeiten lässt. Besser ist es, solche Teige in einer Schüssel mit einem Löffel zu rühren. Grundsätzlich gilt: Je mehr Klebereiweiß der Teig ausbilden kann, desto intensiver muss er bearbeitet werden. Bei Teigen mit hohem Weizenanteil muss intensiv, aber kurz geknetet werden, bei Roggenteigen dagegen länger und schonend. Feste Teige unterstützen den Knetvorgang stärker als weiche. Weil weiche Teige zudem mehr kleben, empfiehlt sich hier eine Methode, die weniger Kontakt mit der Arbeitsfläche erfordert (siehe oben).

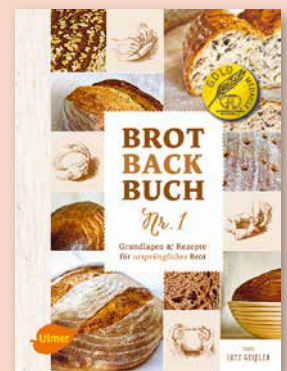
DIE STABILITÄT TESTEN

Ein stabiles Gerüst aus Klebereiweiß ist das A und O für ein lockeres Brot. Um zu prüfen, ob der Teig bereits lange genug bearbeitet wurde, kann man den „Fensterest“ heranziehen. Dafür nimmt man etwas Teig, etwa in der Größe eines Tischtennisballs, und zieht ihn mit den Fingern beider Hände vorsichtig und langsam auseinander. Ziel ist es, den Teig zu einer dünnen Haut zu dehnen, die im Gegenlicht durch-

scheinend ist. Reißt der Teig bereits am Anfang oder nach wenigen Sekunden, ist er noch relativ dick oder hat eine körnige, unregelmäßige Beschaffenheit, muss unbedingt weitergeknetet werden. Lässt sich der Teig zu einer hauchdünnen Membran ausziehen, hat er eine glatte Oberfläche und eine straffe Stuktur, ist das Klebergerüst voll entwickelt und der Teig kann beim Backen eine stabile Krume aufbauen.

Grundlagen & Rezepte

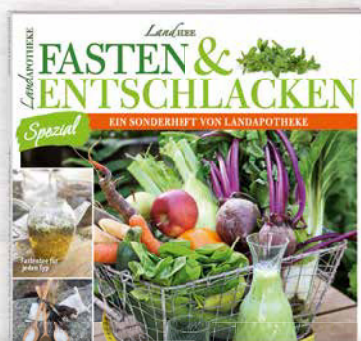
Noch mehr Basiswissen und obendrein leckere Rezepte für mehr als 40 Brotsorten gibt es im „Brotbackbuch Nr. 1“ von Lutz Geißler. Ulmer Verlag, 24,90 Euro



Alles, was Ihr Leben schöner macht.

Entdecken Sie mit uns Tradition neu und nutzen Sie Naturheilmittel für ein gesünderes Leben. Verschönern Sie Ihr Zuhause mit kreativen Wohn- & Gartenideen. Erfahren Sie mehr über die regionale Natur- & Pflanzenwelt und genießen Sie fast vergessene Rezepte der Landhausküche.

Ihre *Land*IDEE-Familie



LandIDEE Land APOTHEKE

HEILEN UND PFLEGEN NACH ALTER TRADITION

Extra:
Tolle Mahlzeiten
fürs Büro

SPEZIAL:
Pflanzpläne für Ihren
Heilkräuter-Balkon



GUT VERSORGT MIT
ALLESKÖNNER ROSMARIN



FASTEN UND ENTSCHLACKEN
WIE IM KLOSTER



Natürliche
Hilfe bei

- Neurodermitis
- Immunschwäche
- Erkältungen
- Prellungen
- Kopfschmerzen
- Rauer Haut
- Mundgeruch

Gesund ins Frühjahr

Mit der Kraft der Pflanzen
zu neuer Energie

Jetzt kaufen,
erleben und
genießen!

Neu am Kiosk oder Online blättern und Testabo + Prämie sichern unter
www.landidee.info Besuchen Sie uns auch auf facebook.com/landidee

LandIDEE ist eine Marke der FUNKE Mediengruppe

Von herzhaft bis süß



Ob pikant mit Gemüse, Kräutern und Käse oder süß mit Trockenobst, Gewürzen und Nüssen – Brot lässt sich mit allerlei Zutaten verfeinern. Die folgenden Rezepte zeigen, wie vielfältig das Grundnahrungsmittel in den letzten Jahren geworden ist.





RAFFINIERTE &
GEMÜSEBROTE



Laibe mit Pfiff

SO KOMMT
NOCH MEHR
GESCHMACK
INS BROT

Bauernbrot, Pumpernickel, Knäckebrot, Baguette, Misch- und Fladenbrot – es ist ja nicht so, als gäbe es nicht schon genügend Brotauswahl allein durch die unterschiedlichen Getreidesorten und Zubereitungsarten. Nun setzen wir der Brotvielfalt die Krone auf, denn neben Mehl, Wasser, Salz und Körnern kann man beim Brotbacken noch mit ganz anderen Zutaten den Gaumen verzücken: Gemüseraspel bringen nicht nur Farbe, sondern auch einen frischen Geschmack ins Brot. Kräuter, Käse- oder Schinkenwürfel sind würzige Beigaben, die einem einfachen Brot das gewisse Etwas verleihen – nicht nur geschmacklich. Weil das Auge ja bekanntlich mitisst, kann man auch bei der Form und Verzierung mit solchen Extrazutaten gerne Neues ausprobieren. Warum Brötchen nicht einmal in kleine Blumentöpfe setzen? Fertig gebacken, sind diese Topinamburbrote im Töpfchen (S. 80) ein echter Hingucker. Die Töpfe sollten dafür natürlich sauber sein. Am besten wässert man sie vorab und legt sie mit Backpapier aus, damit sich das Brot später auch gut löst.

VON SONNEN UND BLUMEN

Für ebenso große Augen wie die Blumentopfbröte sorgt sicherlich auch die Brötchensonne mit Kirschtomaten und Rosmarin (S. 86). Vor allem für besondere Anlässe sind solche kreativen Backwerke wahre Schmuckstücke, die aber nicht nur schön anzusehen, sondern auch äußerst lecker sind. Während Brötchensonnen, Brotblumen und Zupfbrote eher auf den Fes-



Experimentierfreudige kneten einen einfachen Teig und pepen die Brötchen mit verschiedensten Zutaten auf. Bei der großen Auswahl ist für jeden Geschmack etwas dabei

ten ab dem Frühling zum Einsatz kommen, kann man in den verbleibenden kalten Monaten mit ganz und gar deftigen Broten den Hunger vertreiben. So zum Beispiel, wenn man gehackten Grünkohl oder Sauerkraut unter den Teig mischt. Unsere beiden Varianten von Zwiebel-Käse-Broten sind ebenfalls herzhafte Sattmacher, bei denen einem warm ums Herz wird. In diesem Sinne stecken die folgenden Seiten hoffentlich voller neuer Inspirationen.

☒ TOPINAMBURBROTE AUS DEM TONTOPF

Zutaten für 4 Tontöpfe à circa 12 cm Durchmesser

400 g Topinambur, 150 g Sellerieknolle, 125 ml Buttermilch, ½ Würfel frische Hefe (21 g), 600 g Dinkelmehl (Type 812), 2 TL Salz, Pflanzenöl für die Schüssel, Mehl zum Arbeiten

1. Die Topinamburknollen und den Sellerie schälen und klein schneiden. Im Dämpfeinsatz eines Kochtopfes über wenig kochendem Wasser zugedeckt circa 20 Minuten weich garen. Zusammen mit der Buttermilch im Mixer pürieren.

2. Die Hefe in der noch lauwarmen Buttermilchmischung auflösen und mit Mehl und Salz verkneten. Den Teig zugedeckt in einer geölten Schüssel etwa 1 Stunde an einem warmen Ort (oder bei 35 Grad im Backofen) aufgehen lassen.

3. 4 Tonblumentöpfe mit Backpapier auskleiden,

den Teig vierteln und in den Tontöpfen nochmals zugedeckt circa 30 Minuten aufgehen lassen.

4. Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

5. Die Brote mit Mehl bestäuben und im vorgeheizten Ofen circa 40 Minuten backen. Als Garprobe aus den Töpfen heben und auf den Boden der Brote klopfen. Sie sollten sich hohl anhören.

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Koch- und Backzeit: 60 Minuten

Wartezeit: 90 Minuten





❧ PASTINAKENBROT MIT GETROCKNETEN TOMATEN

Zutaten für 1 Backform von circa 30x40 cm

500 g Weizenvollkornmehl, 1 Würfel Hefe (42 g), 1 EL Zucker, 2 Pastinaken (circa 250 g), 150 g getrocknete Tomaten in Öl, 2 EL Sonnenblumenöl, 1 EL Salz, 1 EL frisch gehackter Rosmarin, 100 g Haferflocken, Pflanzenöl für die Backform, 60 g Kürbiskerne

1. Das Mehl in eine Schüssel sieben und in die Mitte eine Mulde drücken. Die Hefe hineinbröckeln, mit dem Zucker bestreuen und mit 3–4 EL lauwarmem Wasser und etwas Mehl vom Rand zu einem Teiglein verrühren. Abgedeckt circa 15 Minuten gehen lassen.

2. Die Pastinaken schälen und raspeln. Die Tomaten abtropfen lassen und hacken. Beides mit Öl, Salz, Rosmarin und Haferflocken zum Vorteig geben. Mit etwa 250 ml lauwarmem Wasser in der Küchenmaschine zu einem glatten Teig verkneten. Abgedeckt circa 45 Minuten gehen lassen.

3. Die Backform mit Öl einstreichen. Anschließend den Teig noch mal kurz verkneten, auswellen und die Backform legen. Mehrmals mit einer Gabel einstechen und abgedeckt weitere circa 30 Minuten gehen lassen.

4. Ofen auf 200 Grad Unter-/Oberhitze vorheizen.

5. Den Teig mit Wasser bepinseln, mit Kürbiskernen bestreuen und im Ofen circa 40 Minuten goldbraun backen. Aus dem Ofen nehmen und auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Gehzeit: 90 Minuten, Backzeit: 40 Minuten



☒ SAUERTEIG-ROGGENBROT MIT GRÜNKOHL

Zutaten für 1 Kastenform (circa 25 cm lang)

1 Handvoll zarte Grünkohlblätter, Salz, 500 g Roggenmehl, 2 TL Weinsteinbackpulver, 50 g Trockensauerteig, 3 EL Leinsamen, 2 EL Leinöl, 450 ml lauwarmes Mineralwasser, Pflanzenfett für die Form, Mehl zum Bestäuben

1. Den Grünkohl waschen, putzen und dabei auch dicke Blattadern entfernen. In einem Topf mit kochendem Salzwasser circa 10 Minuten blanchieren. Danach kalt abschrecken, gut abtropfen lassen und hacken.

2. Das Roggenmehl mit dem Backpulver, 2 TL Salz, dem Sauerteig, dem Grünkohl und den Leinsamen vermischen. Mit dem Leinöl und dem Mineralwasser zu einem relativ klebrigen Teig verarbeiten.

3. Die Kastenform ausfetten, den Teig hineinfüllen und z. B. mit einem angefeuchteten Backspatel glatt streichen. Die Form mit einem Stück Backpapier abdecken und den Teig circa 1 Stunde ruhen lassen.

4. Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

5. Den Brotlaib oben mit einem scharfen Messer mehrmals schräg einschneiden und mit Mehl bestäuben. Im vorgeheizten Backofen auf der mittleren Schiene circa 1 Stunde backen. Heraus-

nehmen, aus der Form stürzen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 25 Minuten

Ruhezeit: 60 Minuten, Backzeit: 60 Minuten

Ihr *Land*IDEE-Tipp

Wer möchte, kann die Menge an Grünkohl auch erhöhen, damit sein Geschmack mehr zur Geltung kommt.

❧ ZWIEBEL-KÄSE-BROT MIT WALNÜSSEN

Zutaten für 1 Kastenform (circa 20 cm lang)

1 kleine rote Zwiebel, 40 g getrocknete Tomaten in Öl, 3–4 Stängel Petersilie, 50 g Walnusskerne, 75 g Butter, 2 Eier, 100 ml Milch, 250 g Mehl, 120 g geriebener Käse (z. B. Cheddar), 1 TL Backpulver, ½ TL Salz, 2 EL Mandelblättchen zum Bestreuen

1. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Tomaten abtropfen lassen und fein hacken. Die Petersilie abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein hacken. Die Walnüsse hacken.

2. Den Ofen auf 180 Grad Unter- und Oberhitze vorheizen. Die Backform mit Backpapier auslegen.

3. Die Butter cremig schlagen. Die Eier unterrühren. Milch, Mehl, 80 g Käse, Backpulver und Salz zugeben und alles rasch zu einem glatten Teig verrühren. Zwiebeln, Petersilie, Tomaten und Walnüsse untermischen und in die Form füllen.

4. Mit den Mandeln und dem übrigen Käse bestreuen und im vorgeheizten Ofen circa 40 Minuten goldbraun backen. Herausnehmen, leicht abkühlen lassen, aus der Form nehmen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Backzeit: 40 Minuten



❧ KÄSE-ZWIEBEL-BROT MIT KRÄUTERN

Zutaten für 1 Brot bzw. circa 16 Stück

Für den Teig: 500 g Weizenmehl, $\frac{3}{4}$ EL Salz, 1 TL Zucker, $\frac{1}{2}$ Würfel Hefe (21 g), 300 ml Wasser

Für die Füllung: 300 g Zwiebeln (in feinen Streifen), 200 ml Rotweinessig, 2 EL Zucker, 250 g Bündner Bergkäse (in feinen Streifen), einige Zweige Rosmarin und Salbei, 2 EL Olivenöl

1. Das Mehl mit Salz und Zucker in einer Schüssel vermischen. Die Hefe hineinbröckeln und lauwarms Wasser dazugießen. Alles zu einem weichen, glatten Teig kneten. Zugedeckt bei Raumtemperatur circa $1\frac{1}{2}$ Stunden auf das Doppelte aufgehen lassen.

2. Zwiebeln, Essig und Zucker in einer Pfanne mischen, aufkochen und unter gelegentlichem Rühren circa 20 Minuten köcheln, bis alle Flüssigkeit eingekocht ist. Anschließend auskühlen lassen.

3. Den Teig in zwei Hälften teilen, jede auf wenig Mehl zu einem Rechteck von je 20x30 cm ausrollen. Eine Teighälfte auf ein mit Backpapier

belegtes Blech legen. Die Zwiebeln und den Käse darauf verteilen. Die andere Teighälfte darauflegen, die Ränder gut andrücken und zugedeckt circa 30 Minuten aufgehen lassen.

4. Den Backofen auf 220 Grad vorheizen.

5. Den Teig mit einem Messer für 16 Stück circa 1 cm tief einschneiden. Die Kräuter in die Einschnitte legen und Öl über die Kräuter träufeln.

6. Circa 25 Minuten in der unteren Hälfte des vorgeheizten Backofens backen. Herausnehmen und auf einem Gitter etwas abkühlen lassen.

Zubereitungszeit: 60 Minuten

Ruhezeit: 2 Stunden, Backzeit: 25 Minuten





✂ KLEINE SAUERKRAUT-BROTE

Zutaten für 10 Stück

600 g Weizenmehl (Type 1050), 1 Würfel frische Hefe (42 g), 1 TL Zucker, 400 ml lauwarmes Wasser, 300 g Sauerkraut, 60 g gekochter Schinken, 1 TL Kümmelsamen, 2 TL Salz

1. Das Mehl in eine Schüssel geben und in die Mitte eine Mulde drücken. Die Hefe mit dem Zucker in 100 ml lauwarmem Wasser auflösen, in die Mulde geben und etwas Mehl vom Rand untermischen. Den Ansatz mit Mehl bestäuben. Die Schüssel mit einem sauberen Tuch abdecken und etwa 20 Minuten an einen warmen, zugfreien Ort stellen, bis die Oberfläche Risse zeigt.

2. Das Sauerkraut gut ausdrücken und grob hacken. Die Schinkenwürfel in einer Pfanne ohne Fett anbraten. Sauerkraut und Kümmel zufügen und 5 Minuten dünsten. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen.

3. Das restliche Wasser, die Sauerkraut-Mischung und das Salz zum Vorteig geben und alles mit den Knethaken der Küchenmaschine zu einem Teig verkneten. Zugedeckt etwa 30 Minuten gehen lassen – das Teigvolumen sollte sich deutlich vergrößert haben.

4. Backblech mit Backpapier belegen. Den Teig auf leicht bemehlter Arbeitsfläche nochmals kurz durchkneten und in 10 Portionen teilen. Jeweils

zu einer Kugel formen und auf das Blech legen. Zugedeckt weitere 20 Minuten gehen lassen.

5. Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.

6. Die Brote in den Ofen einschieben und circa 30 Minuten backen. Bei Broten zur Erhöhung der Luftfeuchtigkeit zu Beginn der Backzeit etwas kochendes Wasser auf den Boden des Ofens gießen oder die Seitenwände mit etwas Wasser besprühen. Die Brote sind fertig, wenn man auf die Unterseite klopft und es sich hohl anhört. Brote aus dem Ofen nehmen, auf ein Kuchengitter legen und auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Ruhezeit: 70 Minuten, Backzeit: 30 Minuten

Ihr *Land*IDEE-Tipp

Kümmel ist Bestandteil der meisten Brotgewürze. Auch hier sollte man auf keinen Fall auf die aromatischen Samen verzichten, da sie das Sauerkraut besser bekömmlich machen.



▣ BRÖTCHENKRANZ MIT KIRSCHTOMATEN UND ROSMARIN

Zutaten für 1 Brotkranz

1 Würfel frische Hefe (42 g), circa 800 g Mehl (Type 550), 1 EL Salz, 4 EL Olivenöl, 1 TL Zucker, 5–6 Zweige Rosmarin, 80 g getrocknete Tomaten in Öl, Mehl zum Arbeiten, 50 g geriebener Hartkäse, 1 Handvoll Kirschtomaten

1. Die zerbröckelte Hefe in etwa 450 ml lauwarmem Wasser auflösen. Mit dem Mehl, dem Salz, dem Olivenöl und Zucker in einer Schüssel zu einem glatten Teig verkneten (am besten mit der Küchenmaschine), der nicht mehr am Schüsselrand klebt. Nach Bedarf noch etwas Wasser oder

Mehl ergänzen. Zugedeckt an einem warmen Ort circa 30 Minuten gehen lassen.

2. Den Rosmarin abrausen, trocken schütteln, abzupfen, einige Spitzen zum Garnieren beiseitelegen und den Rest fein hacken. Die getrockneten Tomaten abtropfen lassen und das Öl auffangen. Die Tomaten fein hacken. Mit 2–3 EL Tomatenöl und Rosmarin vermengen.

3. Den Teig auf bemehlter Arbeitsfläche noch mal gut durchkneten. Etwas mehr als die Hälfte abnehmen und zu einem Strang rollen. In 13 Stücke teilen. Daraus kleine Kugeln formen. Den übrigen Teig ebenfalls zu einem Strang rollen und in 14 Stücke teilen. Zu kleinen, länglichen Brötchen formen und zu einem Kreis mit einem Loch in der

Mitte auf einem mit Backpapier belegten Backblech aneinanderlegen. Rundherum die Kugeln setzen und andrücken. Abgedeckt weitere circa 30 Minuten gehen lassen.

4. Den Backofen auf 200 Grad Unter- und Oberhitze vorheizen.

5. Mit dem Rosmarin-Öl bestreichen und mit dem Käse bestreuen. Im vorgeheizten Ofen circa 50 Minuten goldbraun backen.

6. Die Kirschtomaten waschen und halbieren. Die Sonne aus dem Ofen nehmen und auskühlen lassen. Mit den beiseitegelegten Rosmarinspitzen und den Tomaten garnieren.

Zubereitungszeit: 50 Minuten

Ruhezeit: 60 Minuten, Backzeit: 50 Minuten

✂ BROT MIT ROTER BETE UND DÖRRPFLAUMEN

Zutaten für 1 Brot

750 g Rote Bete, 150 g Zucker, 1 EL Rum, 1 TL Zimtpulver, 1 TL Nelkenpulver, 500 g Dinkelmehl, ½ Päckchen Backpulver, 40 g Rosinen, 150 g Dörripflaumen, 250 g Haselnüsse, Butter und Mehl für die Form

1. Rohe Rote Bete schälen, vierteln, in dünne Scheiben schneiden. Mit Zucker, Zimt und Nelkenpulver vermischen und einige Stunden ziehen lassen – am besten über Nacht.

2. Mehl und Backpulver vermischen und mit Roter Bete, geviertelten Dörripflaumen und Haselnüssen zu einem Teig verkneten.

3. Backofen auf 170 Grad (Umluft 150 Grad) vorheizen. Die Form ausbuttern und mit Mehl bestäuben.

4. Den Teig in die Form füllen und im vorgeheizten Backofen cir-



ca 1 Stunde backen. Stäbchenprobe machen. Wenn das Brot durchgebacken ist, auf ein Gitter stürzen und abkühlen lassen. Schmeckt frisch mit Butter und passt gut zu Rotschmierkäse.

Zubereitungszeit: 40 Minuten

Ziehzeit: 12 Stunden, Backzeit: circa 60 Minuten

GRUNDZUBEREITUNG

Ofenzupfbrot



Auf Festen oder bei Abendessen mit vielen Freunden sind Zupfbrote der neue Trend: Ob pikant oder süß – wenn die Brote, die man mit der Hand leicht in mundgerechte Stücke zupfen kann, auf den Tisch kommen, können die meisten ihre Hände nicht bei sich behalten. Zu verlockend sieht der mit Kräutern und Käse verfeinerte Brotlaib aus oder duften die

mit Butter, Zucker und Zimt eingeschichteten Brotscheiben. Wahlweise wird für diese Brote ein fertiger Brotlaib rautenförmig eingeschnitten, gefüllt und überbacken. Oder man stellt in einer Kastenform Hefeteigquadrate hintereinander, dazwischen kommt die herzhaft oder süße Füllung. Und dann heißt es: Ärmel hochkrempeln und loszupfen!

OFENZUPFBROT

Zutaten für 1 Brot

1 großen Laib Bauern- oder Weißbrot, 200 g Käse am Stück (z. B. Cheddar oder Gouda), 3 Knoblauchzehen, 5 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer aus der Mühle, verschiedene gemischte Kräuter (z. B. Petersilie, Schnittlauch, Frühlingszwiebeln)

1. Den Brotlaib erst schräg, dann quer dazu einschneiden, sodass das Brot in viele Rauten geteilt ist. Das Brot sollte man zwar tief genug zum Befüllen, aber nicht ganz bis nach unten durchschneiden, damit es noch zusammenhält.
2. Den Käse in dünne Scheiben schneiden und ein kleines Stück reiben. Die Zwischenräume mit den Käsescheiben auffüllen.
3. Den Knoblauch schälen und klein hacken. Mit dem Olivenöl verrühren und das Brot damit bepinseln.
4. Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.
5. Die Kräuter waschen und hacken. In die Zwischenräume und über das Brot verteilen. Das Brot im vorgeheizten Backofen circa 20 Minuten backen. Dabei am besten mit Alufolie schützen, damit es nicht verbrennt. Die Folie entfernen, den geriebenen Käse auf das Brot streuen und mit der Grillfunktion 5 Minuten knusprig überbacken. Aus dem Ofen nehmen und warm servieren.

Zubereitungszeit: 15 Minuten, Backzeit: 25 Minuten

Einfache Variante: 1 Die Teigquadrate in die Form stellen, nochmals gehen lassen und dann knusprig aufbacken. 2 Besonders lecker: Man kann zum Beispiel auch feine Gemüseraspeln, gemischt mit Käse, einschichten



❧ PIKANTES APFEL-KÄSE-BROT MIT WALNÜSSEN



Zutaten für 1 Kastenform (circa 30 cm lang)

100 g Walnusskerne, 1 Apfel, 2 EL Zitronensaft, 4 Eier,
100 ml Olivenöl, 100 ml Milch, 150 g Greyerzer, 200 g Mehl,
1 TL Backpulver, 1 Prise frisch geriebener Muskat,
60 g Kürbiskerne, 40 g Sonnenblumenkerne

1. Die Walnüsse grob hacken. Den Apfel waschen, vierteln, das Kernhaus herauschneiden und die Viertel in schmale Spalten schneiden. Mit dem Zitronensaft beträufeln.
2. Die Eier mit dem Öl und der Milch verquirlen. Den Käse reiben. 2 EL beiseitelegen, den Rest mit dem Mehl, Backpulver und Muskat vermischen.
3. Den Ofen auf 180 Grad Unter- und Oberhitze vorheizen. Die Form mit Backpapier auslegen.
4. Die Käse- zur Eiemischung geben, die Walnüsse und die Hälfte der Kürbiskerne und der Sonnenblumenkerne ergänzen und alles glatt vermengen. In die Form füllen und die Apfelspalten mittig eindrücken. Mit den restlichen Kürbis- und Sonnenblumenkernen sowie dem übrigen Käse bestreuen und im vorgeheizten Ofen circa 45 Minuten goldbraun backen (Stäbchenprobe).
5. Das Brot aus dem Ofen nehmen und circa 5 Minuten in der Form ruhen lassen. Aus der Form nehmen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Backzeit: 45 Minuten

Ihr *Land*IDEE-Tipp

Dieses köstliche Brot eignet sich hervorragend für Sandwiches, zum Beispiel überbacken mit würzigem Käse, Schmorzwiebeln und Rauke.

☒ KÄSE-ZUCCHINI-BROT MIT KRÄUTERN

Zutaten für 1 breite Kastenform (circa 20 cm lang)

1 Zucchini (circa 200 g), Salz, Butter für die Form, 100 g Weizenmehl, 150 g Weizenvollkornmehl, ½ TL gemahlener Pfeffer, 1 Prise Muskat, ½ TL Currypulver, 2 TL Backpulver, 1 TL Natron, 1 Ei, 120 ml Olivenöl, 250 ml Buttermilch, 1–2 EL Zitronensaft, 60 g frisch geriebener Hartkäse, 1 EL gehackte Petersilie

1. Die Zucchini waschen und grob raspeln. Etwas salzen und circa 1 Stunde Wasser ziehen lassen.
2. Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Die Form buttern.
3. Die beiden Mehlsorten, eine Prise Salz, den Pfeffer, Muskat, das Currypulver, das Backpulver und das Natron miteinander vermischen. Das Ei mit dem Öl, der Buttermilch und dem Zitronensaft verquirlen. Die Mehlmischung unterrühren.

4. Die Zucchini in einem Küchentuch ausdrücken und zusammen mit dem Hartkäse und der Petersilie unter den Teig rühren. In die Form füllen und im vorgeheizten Backofen circa 45 Minuten goldbraun backen.

5. Herausnehmen, abkühlen lassen, aus der Form heben und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen. Nach Belieben in Scheiben geschnitten mit Butter servieren.

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Wartezeit: 60 Minuten, Backzeit: 45 Minuten

Ihr *Land*IDEE-Tipp

Dieses Rezept sollten Sie sich für den Hochsommer vormerken. Wenn es Zucchini in Hülle und Fülle gibt, ist dieses Brot eine willkommene Abwechslung und toll zum Grillen.



BROTE FÜR
BESONDERE
ANSPRÜCHE



Alternatives Gebäck

BROTE MIT VIEL EIWEISS
UND OHNE GLUTEN

Längst wird an Brot nicht mehr nur der Anspruch gestellt, dass es gut schmecken soll. Aufgrund von Unverträglichkeiten oder bestimmten Ernährungsweisen können oder wollen viele kein herkömmliches Brot mehr essen, möchten aber auch nicht auf dieses Grundnahrungsmittel verzichten. Sie stellen besondere Ansprüche an ihr Brot – da diese im Handel teilweise nicht erfüllt werden, bietet sich das Selberbacken zu Hause umso mehr an.

Jene, die vermehrt auf Kohlenhydrate verzichten, hatten Brot schon von ihrem Speiseplan gestrichen. Durch das Trendgebäck Eiweißbrot können auch sie wieder leckere Stullen verzehren. Diese Brote enthalten kein oder sehr wenig Mehl. Dafür werden sie mit Eiern, Quark, Samen und Nüssen gebacken. Damit das Brot bei

den vielen feuchten Zutaten nicht schimmelt, sollte man es auf keinen Fall in Plastik, sondern besser in einem Brottopf aufbewahren.

Ein anderes neues Feld, das sich beim Brotbacken auftut, ist das der glutenfreien Brote. Mittlerweile sind viele Mehralternativen bekannt, die nicht das Klebereiweiß Gluten enthalten, so zum Beispiel Mehle aus Hirse, Buchweizen, Reis, Amaranth, Mais, Kichererbsen oder Teff. Beim Backen mit diesen Zutaten muss man allerdings beachten, anstelle des Glutens ein anderes Bindemittel unter den Teig zu mischen. Möglich sind hier Johannisbrotkern- oder Guarkernmehl oder auch geschrotete Leinsamen. Dank dieser Alternativen und vieler experimentierfreudiger Bäcker muss heute niemand mehr auf Brotgenuss verzichten.

Heute gibt es in Bio-Supermärkten und Reformhäusern zahlreiche Mehle fürs glutenfreie Backen. Hier einige Beispiele: Mandelmehl bzw. gemahlene Mandeln sowie Mehle aus Buchweizen, Amaranth, Kichererbsen und Reis (von links). Hinsichtlich Geschmack und Backeigenschaften muss man seinen Favoriten finden





☒ KARTOFFELBROT MIT KÄSE glutenfrei

Zutaten für 1 Kastenform (circa 20 cm lang)

**250 g mehligkochende Kartoffeln, 1 Zwiebel,
2 EL Walnusskernöl, Salz, 1 Würfel Hefe (42 g),
½ TL Zucker, 280 g glutenfreies Mehl, 50 g frisch
geriebener Hartkäse**

- 1.** Die Kartoffeln schälen und in kochendem Wasser circa 30 Minuten weich garen.
- 2.** Inzwischen die Zwiebel schälen und würfeln. Die Zwiebelwürfel mit dem Öl, 2 TL Salz und 80 ml lauwarmem Kartoffelkochwasser pürieren. Die Hefe darin auflösen, den Zucker dazugeben, mit etwas Mehl bestäuben und zugedeckt circa 15 Minuten ruhen lassen.
- 3.** Die Kartoffeln abgießen, ausdampfen lassen

und durch eine Kartoffelpresse drücken. Die Hefe-Zwiebel-Mischung und das restliche Mehl mit dem Kartoffelpüree und dem Käse zu einem glatten Teig verkneten, der gerade nicht mehr klebt. Ggf. noch etwas Wasser oder Mehl hinzufügen.

4. Den Teig zu einer Kugel formen und zugedeckt circa 30 Minuten aufgehen lassen. Die Form mit Backpapier auslegen, den Teig zu einer Rolle formen und hineingeben. Zugedeckt nochmals circa 30 Minuten gehen lassen.

5. In der Zwischenzeit den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

6. Das Kartoffelbrot im vorgeheizten Ofen circa 50 Minuten backen.

Zubereitungszeit: 15 Minuten

Wartezeit: 75 Minuten, Backzeit: 80 Minuten

ZWIEBELBROT MIT BUCHWEIZEN

glutenfrei

Zutaten für 1 Kastenbackform (circa 20 cm lang)

1 EL weiche Butter für die Form, 2 kleine rote Zwiebeln, 3 EL Olivenöl, 110 g Buchweizenmehl, 4 g Trockenhefe, 10 g Zucker, 90 g Maismehl, 40 g Reismehl, 1 EL Kümmel, 1 EL gemahlene Flohsamenschalen, 3 Eier, 1 TL Salz

1. Den Boden der Kastenform mit Backpapier auslegen. Die Ränder mit Butter fetten.
2. Die Zwiebeln schälen und fein würfeln. In einer Pfanne 1 EL Öl erhitzen und die Zwiebelwürfel darin hell anschwitzen, beiseitestellen und abkühlen lassen.
3. Das Buchweizenmehl mit der Hefe, dem Zucker und 60 ml lauwarmem Wasser verrühren und an einem warmen Ort zugedeckt circa 30 Minuten ruhen lassen.
4. Inzwischen Mais- und Reismehl vermischen und in eine Schüssel sieben. Den Kümmel im Mörser grob zerstoßen und mit den Flohsamenschalen untermischen. Die Eier mit dem Salz und dem restlichen Olivenöl verquirlen, zufügen und alles mit den Knethaken der Küchenmaschine circa 5 Minuten kräftig kneten. Den Hefevorteig zufügen, gut einarbeiten und die abgekühlten Zwiebeln untermengen. Den

Teig in die vorbereitete Form füllen und zugedeckt noch circa 30 Minuten gehen lassen.

5. Den Backofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

6. Das Brot im Ofen circa 15 Minuten backen. Die Temperatur auf 180 Grad reduzieren und das Brot in circa 30 Minuten fertig backen. Das Brot herausnehmen, kurz abkühlen lassen, aus der Form lösen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 25 Minuten

Ruhezeit: 60 Minuten, Backzeit: 45 Minuten

Ihr *Land*IDEE-Tipp

Die Zwiebeln machen das Brot schön deftig. Es eignet sich deshalb besonders zur Brotzeit mit einem Stück Käse, selbst gemachtem Mettwurstaufstrich, Avocado und Zwiebelchutney oder Curry-Linsen-Dip. Diese Rezepte finden Sie ab Seite 126.



GRUNDZUBEREITUNG

Brotwölkchen



Kernig und mit viel Biss, so kann Brot sein. Es kann aber auch fluffig leicht sein – wie Brotwölkchen. Das Trendbrot ist vor allem bei jenen beliebt, die auf Gluten verzichten oder auf ihre Figur achten, da es keine Kohlenhydrate enthält. Doch auch alle anderen finden vielleicht Gefallen daran – ob morgens mit etwas Marmelade, als Beilage zur Suppe oder abends als Sandwich mit Käse und Gemüse. Aus unserem Rezept wird die pikante Variante des Brötchens. Für den fluffigen Teig am besten getrocknete Gewürze verwenden. Wer seine Brotwölkchen lieber etwas süßlich haben möchte, kann statt der Gewürze 1 TL Honig zur Eimasse geben. Hierzu ist Zimt noch eine leckere Ergänzung.

LUFTIGE BROTWÖLKCHEN

glutenfrei

Zutaten für circa 6 kleine Brote

3 Eier, 100 g Frischkäse, 1 TL Backpulver, 2 Prisen Salz, 1 Msp. gemahlener weißer Pfeffer, 2 Msp. gerebelter Oregano, 1 Msp. Kreuzkümmelpulver, 2 EL gerösteter Sesam

1. Den Backofen auf 150 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen.
2. Die Eier trennen und die Eigelbe mit dem Frischkäse, dem Backpulver, Salz, Pfeffer, Oregano und Kreuzkümmel verrühren.
3. Die Eiweiße steif schlagen und unter die Frischkäsemasse heben. Als flache Fladen auf dem Backpapier verteilen, mit dem Sesam bestreuen und im vorgeheizten Ofen 15–20 Minuten backen.

Zubereitungszeit: 20 Minuten, Backzeit: 20 Minuten

1 Die Brotwölkchen kommen ohne Mehl aus und ist deshalb auch für Leute mit Glutenunverträglichkeit geeignet. Nur Eier, Frischkäse und Gewürze kommen hinein. 2 Die aufgeschlagenen Eiweiße unter die Frischkäsemasse heben. 3 Die Fladen im Ofen für 20 Minuten backen





🍷 BIO-MANDELMEHLBROT glutenfrei

Zutaten für Brot bzw. für 1 Kastenform (circa 23 cm Länge)

1 EL weiche Butter für die Form, 200 g Bio-Mandelmehl oder gemahlene Mandeln, 50 g Buchweizenmehl, 4 EL geschroteter Leinsamen, 2 TL Backpulver, 1 TL Salz, 5 Eier, 3 TL Orangenblütenhonig, 1 EL Olivenöl, 1 EL Obstessig (z. B. Apfel- oder Quittenessig)

1. Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Den Boden der Kastenform mit Backpapier auslegen. Die Ränder mit der Butter einfetten.

2. Das Mandelmehl mit dem Buchweizenmehl, dem Leinsamen, Backpulver und Salz in einer Rührschüssel gründlich vermengen. Die Eier hineinschlagen, den Orangenblütenhonig, das Olivenöl und den Obstessig unterrühren und alles mit dem Knethaken der Küchenmaschine zu einem glatten, zähen Teig verarbeiten.

3. Den Teig in die vorbereitete Form füllen, glatt streichen und im vorgeheizten Backofen circa 45 Minuten backen (Stäbchenprobe machen!).

Das Brot herausnehmen, kurz abkühlen lassen aus der Form lösen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen. Das Mandelbrot in Scheiben schneiden und servieren.

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Backzeit: 45 Minuten

Ihr *Land*IDEE-Tipp

Für etwas Biss im Brot kann man entweder ganze Mandelkerne mitbacken. Oder man röstet etwas Buchweizen in der Pfanne und knetet die nussig duftenden Körner unter.

☒ KERNIGES EIWEISSBROT MIT LEINSAMEN UND KÜRBISKERNEN

Zutaten für 1 Brot bzw. für 1 Kastenform (circa 23 cm Länge)

1 Würfel frische Hefe (42 g), 100 ml lauwarme Gemüsebrühe, 300 g Magerquark, 5 Eiweiß, 100 g Leinsamen (geschrotet), 100 g gemahlene Mandelkerne, 100 g Gluten (aus dem Reformhaus), 4 EL Weizenkleie, 2 EL Dinkelmehl, 60 g Kürbiskerne, ½ TL Guarkernmehl, 1 TL Salz

1. Die Hefe in der Gemüsebrühe auflösen. Den Magerquark mit den Eiweißen verrühren. Leinsamen, Mandeln und Gluten in eine Rührschüssel geben. Weizenkleie, Dinkelmehl, Kürbiskerne, Guarkernmehl und Salz zufügen und alles gut vermischen. Die aufgelöste Hefe und die Quark-Eiweiß-Mischung zugeben und alles mit dem Knethaken der Küchenmaschine verkneten. Den Teig zugedeckt circa 1 Stunde aufgehen lassen.

2. Die Kastenform mit Backpapier auslegen, den Teig einfüllen und nochmals circa 30 Minuten aufgehen lassen.

3. In der Zwischenzeit den Backofen auf 150 Grad Umluft vorheizen.

4. Das Brot in den vorgeheizten Backofen geben und circa 1 Stunde backen.

Zubereitungszeit: 15 Minuten

Gehzeit: 90 Minuten, Backzeit: 60 Minuten



☒ QUARKBROT MIT SAMEN UND HASELNÜSSEN

**Zutaten für 1 Brot bzw. für
1 Kastenform (circa 20 cm Länge)**

Butter und Brösel für die Form, 150 g Magerquark, 4 Eier, ½ TL Salz, 1 TL Backpulver, 50 g Sonnenblumenkerne, 50 g geschroteter Leinsamen, 2 EL Weizenkleie, 2–3 EL Chiasamen, 4 EL Haferflocken, 1 EL Flohsamenschalen, 50 g geschälte Haselnusskerne

1. Den Backofen auf 160 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Eine Kastenform ausfetten und mit Bröseln austreuen.

2. Den Quark mit den Eiern verrühren, das Salz und Backpulver untermischen. Die Sonnenblumenkerne, den Leinsamen, die Kleie, Chiasamen, Haferflocken, Flohsamenschalen und Nüsse unterrühren.

3. Den Teig in die vorbereitete Form geben und im vorgeheizten Backofen auf mittlerer Schiene 45–55 Minuten backen. Herausnehmen, 10 Minuten in der Form abkühlen lassen, auf ein Kuchengitter stürzen und vollständig auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 15 Minuten

Backzeit: 55 Minuten





☒ QUINOABROT MIT CHIASAMEN UND SONNENBLUMENKERNEN

glutenfrei

Zutaten für 1 Brot bzw. für 1 Kastenform (circa 20 cm Länge)

30 g Chiasamen, 4 Zweige frischer Thymian, 350 g Quinoa, 70 ml Olivenöl, ½ TL Natron, ½ TL Salz, Saft von ½ Zitrone, 30 g Sonnenblumenkerne, 1 EL Kreuzkümmelsamen

1. Die Chiasamen mit 100 ml Wasser verrühren und 30 Minuten ausquellen lassen.
2. Den Thymian waschen, trocken schütteln und die Blätter abstreifen. Quinoa in kochendem Wasser circa 7 Minuten vorgaren, in einem Sieb kalt abspülen und abtropfen lassen.
3. Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. Die Kastenform mit Backpapier auslegen.
4. 150 ml Wasser mit Quinoa, den Chiasamen, dem Thymian, dem Olivenöl, dem Natron, Salz und dem Zitronensaft gut verrühren. Den Teig in die Kastenform füllen. Mit den Sonnenblumenkernen und dem Kreuzkümmel bestreuen und im vorgeheizten Ofen circa 1 Stunde backen.
5. Etwas abkühlen lassen, mithilfe des Backpapiers vorsichtig aus der Form heben und ausküh-

len lassen. In Frischhaltefolie einschlagen und im Kühlschrank kalt stellen. Zum Servieren in Scheiben schneiden und diese auf Zimmertemperatur erwärmen lassen. Restliches Brot ggf. wieder eingewickelt in den Kühlschrank legen.

Zubereitungszeit: 15 Minuten

Wartezeit: 30 Minuten, Backzeit: 60 Minuten

Ihr *Land*IDEE-Tipp

Quinoa ist eine gesunde pflanzliche Eiweißquelle, die noch dazu lecker nussig schmeckt. Haben Sie das Gefühl, dass der Teig nicht zusammenhält, können Sie noch ein Ei unter die Masse mischen.



SÜSSE BROTE

SÜSSES FÜR
BROTliebhaber

Feine Verführung

Manchmal können wir uns einfach nicht entscheiden: Soll es lieber eine Scheibe Brot sein, schön dick bestrichen mit Butter, oder ein großes Stück Kuchen, perfekt zum Kaffee oder Tee? Die Rezepte auf den folgenden Seiten nehmen uns die Entscheidung ab – denn sie sind beides. Wir backen Brote mit feinen Gewürzen, Obst, Trockenfrüchten, Kaffee, Schokolade und bekommen so die weiche und doch feste Konsistenz eines Brotes und die feine Süße eines Gebäcks – das perfekte Duett.

ALLERLEI VARIATIONEN

Süße Brote bestehen in der Regel aus einem Hefeteig, der mit verschiedenen Aromen verfeinert wird. Das Angebot an Kräutern und Gewürzen, die alle wunderbar zu würzigem Sauerteigbrot passen, ist groß. Aber was eignet sich für süße Brote? Da hätten wir zum Beispiel Nüsse: Walnüsse, Haselnüsse, Erdnüsse, Pistazien, Mandeln und einige mehr. Sie sorgen im Brot für den richtigen Biss, können gemahlen einen Teil des Mehls ersetzen und sind dabei auch noch gut für Herz und Gehirn. Frisches Obst macht den Teig schön saftig und zaubert kleine Farbtupfer in jede Scheibe. Dafür eignen sich geraspelte Äpfel, Birnen oder auch

klein geschnittene Erdbeeren, Aprikosen und Pflaumen. Datteln, Feigen, Aprikosen, Cranberries und Rosinen liefern eine fruchtige Süße und machen Zucker in manchen Rezepten fast überflüssig. Andere alternative Süßungsmittel sind zum Beispiel Ahornsirup, Zuckerrübensirup und Honig. Auch das Gewürzregal liefert jede Menge Variationsmöglichkeiten für süßes Brot. Wie wäre es zum Beispiel mit einer Prise Kardamom, Lebkuchengewürz, Vanille und Kaffeepulver oder dem Abrieb einer Orange? Und natürlich unsere Lieblingszutat: Schokolade, die jedes Brot zur süßen Verführung macht.



Bestreicht man Hefegebäck vor dem Backen mit einem Gemisch aus einem Eigelb und 2 EL Milch, bekommt es einen schönen Glanz. Alternativ bepinselt man die feinen Leckereien sofort nach dem Backen mit etwas Wasser



ERDBEER-MANDEL-ZOPF

Zutaten für 1 Zopf

½ Würfel frische Hefe (21 g), 200 ml lauwarme Milch, 60 g Zucker, 40 g Honig, 3 Eier, Salz, 500 g Mehl, 80 g weiche Butter, 300 g Marzipanrohmasse, 2 EL Zitronensaft, 250 g Erdbeeren, 30 g Puderzucker, 2–3 cl Amaretto, Mehl zum Arbeiten, 1 Eigelb zum Bestreichen, 2–3 EL Mandelblättchen

1. Die Hefe mit 50 ml lauwarmer Milch, Zucker und Honig verrühren. 2 Eier trennen. Die Eigelbe mit dem dritten Ei, der Hefe und der übrigen Milch und 50 ml lauwarmem Wasser, ½ TL Salz und dem Mehl mit den Knethaken der Küchenmaschine bei niedriger Geschwindigkeit circa

3 Minuten kneten. Die Geschwindigkeit erhöhen und den Teig weitere 5 Minuten kneten, dann die weiche Butter in Stücken untermischen. Alles zu einem glatten Teig verarbeiten und diesen mit einem Tuch bedeckt circa 1 Stunde an einem warmen Ort gehen lassen.

2. Inzwischen die Marzipanrohmasse auf einer Reibe raspeln und mit den Eiweißen und dem Zitronensaft cremig verrühren. Die Erdbeeren waschen, verlesen, abzupfen und abtropfen lassen. Die Früchte je nach Größe halbieren oder vierteln und mit dem Puderzucker und Amaretto vermischen.

3. Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Den Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche erneut durchkneten und zu einem Rechteck ausrollen. Die Marzipanmasse auf dem Teig verteilen, dabei einen circa 3 cm breiten Rand frei lassen. Die marinierten Erdbeeren auf dem Marzipan verteilen und den Teig von der langen Seite

her aufrollen. Den Teigstrang vorsichtig in sich verdrehen, auf das Blech setzen und mit einem Tuch bedeckt nochmals circa 20 Minuten gehen lassen.

4. Den Backofen auf 190 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

5. Den Zopf mit verquirltem Eigelb bestreichen, mit Mandelblättchen bestreuen und im vorgeheizten Ofen in 35–40 Minuten goldgelb backen. Herausnehmen, den Zopf auf einem Kuchengitter abkühlen lassen und vor dem Servieren in Scheiben schneiden.

Zubereitungszeit: 35 Minuten

Ruhezeit: 80 Minuten, Backzeit: 40 Minuten

☒ GRIESS-MOHN-BROT MIT APFEL

Zutaten für 1 Brot bzw. für 1 Kastenform von circa 25 cm

100 g kernige Haferflocken, 100 g gemahlener Mohn, 100 g Hartweizengrieß, circa 40 g Fertigsauerteig, 100 g Weizenmehl Type 1050, 150 g Weizenmehl Type 550, 150 g Wasser, 10 g Backmalz, 10 g Malzschrot, 10 g frische Hefe, 10 g Salz, 2 Äpfel

1. 300 ml Wasser zum Kochen bringen. Die Haferflocken, den Mohn und den Grieß damit übergießen und circa 60 Minuten quellen lassen.

2. Anschließend die restlichen Teigzutaten dazugeben und alles zu einem glatten Teig verkneten. Falls nötig, noch etwas Wasser oder Mehl hinzufügen. Nochmals circa 4 Stunden ruhen lassen.

3. Die Äpfel waschen, halbieren, entkernen und auf einer Küchenreibe raspeln. Die Apfelraspel in den Teig einarbeiten. Eine Kastenform mit Backpapier auslegen, den Teig einfüllen und circa 30 Minuten gehen lassen.

4. Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

5. Die Form in den vorgeheizten Ofen schieben und das Brot darin circa 60 Minuten backen. Als Garprobe stürzen und auf den Boden des Brotes klopfen – es sollte sich hohl anhören.

Zubereitungszeit: 20 Minuten, Quell- und Gehzeit: 5 Stunden 30 Minuten, Backzeit: 60 Minuten



GRUNDZUBEREITUNG

Franzbrötchen



Was dem Münchner seine Breze, ist dem Hamburger sein Franzbrötchen – diese Leckerei vom Bäcker, die man sich beim kleinen Hunger zwischendurch oder zum Nachmittagskaffee früher wie heute gerne holt. Das süße Gebäck besteht aus Plundernteig, der mit Zimtzucker bestreut und aufgerollt wird. Die ganz typische Form des Franzbrötchens entsteht dadurch, dass man den Griff eines Kochlöffels

in die Mitte der Plunderstücke drückt und sich so die eingedrehten Enden auffächern.

Wer zu Hause selber backt, kann den Klassiker bei der Füllung nach dem eigenen Geschmack abwandeln und zum Beispiel Rosinen (am besten eingelegt, damit sie saftiger sind), Schokostückchen, gehackte Nüsse oder Mohn einstreuen. Und sich dann frisch aus dem Ofen das knusprige Gebäck schmecken lassen.

FRANZBRÖTCHEN

Zutaten für circa 12 Stück

400 g Croissantteig (siehe Seite 116), 2–3 EL flüssige Butter, 80 g Zucker, 1 TL Zimtpulver, 2 EL Sahne

1. Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen.

2. Den Croissantteig in zwei Teile teilen und ausrollen (à circa 18 x 12 cm). Mit der Butter bestreichen. Den Zucker mit dem Zimt mischen und gleichmäßig auf den Teig streuen. Beide Teighälften jeweils zu einer langen Rolle formen und diese in circa 4 cm breite Scheiben schneiden.

3. Die Scheiben in der Mitte mit einem Rundholz eindrücken, sodass das Teigrolleninnere heraustritt. Die Brötchen auf das mit Backpapier belegte Blech legen, mit Sahne bestreichen und im vorgeheizten Ofen circa 25 Minuten goldbraun backen. Auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 15 Minuten (ohne Teig)

Backzeit: 25 Minuten

1 Butter gehört in den Teig, damit er schön aufblättert. Vor dem Einrollen wird die Teigfläche nochmals mit Butter bestrichen. 2 Dann das Gemisch aus Zimt und Zucker gleichmäßig aufstreuen. 3 Die besondere Form entsteht, wenn man die Teigstücke in der Mitte mit einem Rundholz eindrückt





☒ ZUCCHINI-APFEL-BROT MIT AHORNSIRUP UND MANDELN

Zutaten für 1 Brot bzw. für 1 Kastenform (circa 23 cm)

80 g Haferflocken, 100 g gemahlene Mandelkerne, 50 g Weizen-Vollkornmehl, 2 TL Backpulver, 1 TL gemahlener Zimt, 1 Prise Salz, 1 kleine Zucchini, ½ Apfel, 100 ml Mandelmilch, 140 g ungesüßtes Apfelmus, 50 ml Ahornsirup, 2 TL Apfelessig, 2 Eier, Margarine für die Form

1. Die Haferflocken mit den Mandeln, dem Mehl, Backpulver, Zimt und Salz vermischen.

2. Die Zucchini waschen und putzen, den Apfel waschen und entkernen. Die Zucchini und den Apfel fein reiben. Die Mandelmilch mit dem Apfelmus, dem Ahornsirup und dem Essig verrühren. Die Eier trennen und die Eigelbe mit der Milchmischung, der Zucchini und dem Apfel vermischen.

3. Die Form fetten, den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

4. Das Eiweiß steif aufschlagen. Die trockenen Zutaten mit den feuchten verrühren und das Eiweiß unterheben. In die Form füllen und im vorgeheizten Ofen 50–60 Minuten backen (Stäbchenprobe). Auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 25 Minuten

Backzeit: 60 Minuten

✂ DINKELBAGUETTES MIT SCHOKOTRÖPFCHEN

Zutaten für 2 Brote

10 g Trockenhefe, 1 TL Zucker,
70 ml lauwarme Milch, 500 g Dinkelmehl, 1 TL Salz, 50 g dunkle Schokotröpfchen, Mehl zum Arbeiten und zum Bestreuen

1. Die Hefe und den Zucker in der lauwarmen Milch auflösen. Das Mehl mit dem Salz vermischen und in eine Schüssel sieben. In die Mitte eine Mulde drücken, die Hefemilch und circa 280 ml lauwarmes Wasser zugießen. Alles zu einem glatten, klebrigen Teig verrühren. Bei Bedarf noch etwas Wasser oder Mehl ergänzen. Den Teig über Nacht im Kühlschrank ruhen lassen.

2. Am nächsten Tag ein Backblech mit Backpapier belegen. Den Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche 5–10 Minuten durchkneten und 10 Minuten zugedeckt ruhen lassen. Die Schokoladentropfchen einarbeiten, den Teig in 2 Portionen teilen und zu länglich-ovalen Baguettes formen. Die Teiglinge mit dem Teigschluss

nach unten auf das Blech setzen und zugedeckt nochmals circa 30 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.

3. Den Backofen auf 260 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

4. Die Teiglinge jeweils 3-mal schräg einschneiden, mit wenig Mehl bestäuben und das Blech in den vorgeheizten Ofen schieben. ½ Tasse Wasser auf den heißen Ofenboden gießen und die Baguettes circa 10 Minuten backen. Anschließend die Hitze auf 220 Grad reduzieren und die Baguettes in 10–15 Minuten fertig backen, bis sie goldgelb und knusprig sind. Die Baguettes herausnehmen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 20 Minuten, Backzeit: 30 Minuten

Ruhezeit: 12 Stunden 40 Minuten

Ihr *Land* IDEE-Tipp

Anstelle der Schokolade kann man in die Baguettes auch klein geschnittene Datteln einarbeiten oder den Teig ganz ohne Zugabe als neutrale Baguettes backen. Zerkleinerte getrocknete Tomaten oder Oliven kann man für pikante Brote ergänzen.



☒ KLEINE BROTE MIT WEISSER SCHOKOLADE

Zutaten für 4 Brote

½ Würfel frische Hefe (21 g), 1 TL Salz, 380 g Mehl, 120 g weiße Schokoladen-Nips, Mehl zum Arbeiten

1. Die Hefe in 250 ml lauwarmem Wasser auflösen. Salz hinzufügen und mit dem Mehl zu einem glatten Teig verkneten, der gerade nicht mehr klebt. Falls nötig, noch Mehl oder Wasser hinzufügen. Mit einem Tuch bedeckt circa 1 Stunde an einem warmen Ort aufgehen lassen.

2. Die Schoko-Nips hacken und in den Teig einarbeiten. Auf bemehlter Fläche zu einem Rechteck (circa 25 x 15 cm) ausrollen und in 4 Rechtecke schneiden. Auf einem Backblech mit Backpapier verteilen und mit einem feuchten Tuch abdecken. Circa 30 Minuten aufgehen lassen.



3. Den Backofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Eine Tasse mit Wasser in den Ofen stellen.

4. Das Backblech einschieben und im vorgeheizten Ofen circa 25 Minuten backen. Vor dem Servieren auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Backzeit: 25 Minuten, Wartezeit: 90 Minuten

☒ APRIKOSENSTUTEN MIT PISTAZIEN



Zutaten für 1 Kastenform von circa 24 cm Länge

20 g frische Hefe, 60 ml lauwarme Milch, 40 g weiche Butter, 45 g Zucker, 1 TL Vanillezucker, 30 g Quark, 250 g Mehl Type 550, 1 Prise Zimt, 1 Ei, 120 g getrocknete Soft-Aprikosen, 40 g ungesalzene Pistazienkerne, 1 Eigelb zum Bestreichen

1. Die Hefe in der lauwarmen Milch auflösen. Die Butter mit dem Zucker und Vanillezucker mit den Quirlen des Handrührgeräts circa 5 Minuten cremig quirlen. Den Quark unterrühren. Das Mehl mit dem Zimt vermischen und mit dem Ei und der Hefemilch unter die Butter-Zucker-Masse quirlen. Zu einem glatten Teig verkneten. Falls nötig, noch

Mehl oder Milch ergänzen. An einem warmen Ort abgedeckt circa 1 Stunde gehen lassen.

2. Den Ofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Die Form mit Backpapier auslegen.

3. Die Aprikosen in Stücke schneiden. Die Pistazien sehr grob hacken. Beides kurz unter den Hefeteig kneten. Den Teig länglich formen und in die Form geben. Das Eigelb mit 1 EL Wasser verquirlen, den Teig damit bestreichen und zuge-

deckt weitere circa 20 Minuten gehen lassen, bis er sichtbar sein Volumen vergrößert hat.

4. An der Oberfläche längs 1 cm tief einschneiden, erneut mit Eigelb bepinseln und im vorgeheizten Ofen auf mittlerer Schiene circa 30 Minuten backen. Herausnehmen, auskühlen lassen und in Scheiben geschnitten servieren.

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Ruhezeit: 80 Minuten, Backzeit: 30 Minuten

SELBST GEMACHTE ORANGEN-BRIOCHE

Zutaten für 1 Brioche bzw.

1 Briocheform (circa 20 cm)

500 g Mehl, 30 g Hefe, 250 ml lauwarme Milch, 2 Eier, Abrieb von 1 unbehandelten Orange, 70 g Zucker, ½ TL Salz, 120 g weiche Butter, Butter für die Backform, 1 Eigelb

1. Das Mehl in eine Schüssel sieben und in die Mitte eine Mulde drücken. Die Hefe in der Milch auflösen, in die Mulde gießen, mit etwas Mehl vom Rand bestäuben und zugedeckt etwa 15 Minuten gehen lassen.

2. Die Eier, den Orangenabrieb, den Zucker und das Salz unterrühren. Die weiche Butter unterschlagen und alles zu einem glatten Teig verarbeiten. Weitere circa 30 Minuten gehen lassen.

3. Den Teig zu einer Kugel formen, davon eine kleine Kugel abdrehen und den restlichen Teig in eine gebutterte Briocheform setzen. Die Kugel oben aufsetzen und den Teig nochmals circa 30 Minuten aufgehen lassen.

4. Den Backofen auf 180 Grad Unter- und Oberhitze vorheizen.

5. Das Eigelb verquirlen und die Brioche damit bestreichen. In den vorgeheizten

Backofen geben und etwa 45 Minuten goldgelb backen (Stäbchenprobe machen). Vor dem Servieren gut auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Gehzeit: 75 Minuten, Backzeit: 45 Minuten



☒ KLEINE KASTANIENBROTE MIT ROSINEN UND HASELNÜSSEN

Zutaten für 4 Brote

200 g Weizenvollkornmehl, 200 g Dinkelvollkornmehl, 100 g Kastanienmehl, 1 TL Salz, ½ Würfel frische Hefe (21 g), circa 300 ml warmes Wasser, Mehl zum Arbeiten und Bestreuen, 120 g Rosinen, 100 g Haselnusskerne



1. Die verschiedenen Mehlsorten und das Salz in einer Schüssel vermischen. In der Mitte eine Mulde formen. Die Hefe in 5 EL warmem Wasser verrühren und in die Mulde geben. Nach und nach das restliche Wasser zugießen und alles zu einem glatten Teig verkneten. Die Schüssel mit einem Tuch bedecken und den Teig circa 1 Stunde gehen lassen, bis er sein Volumen verdoppelt hat.

2. Ein Backblech mit Backpapier belegen. Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, flach drücken, die Rosinen und Nüsse daraufgeben und unterkneten, dann den Teig 10 Minuten ruhen lassen. Den Teig in 4 Portionen teilen, jeweils zu Kugeln formen, auf das Blech setzen, mit einem Tuch bedecken und nochmals 30 Minuten gehen lassen.

3. Den Backofen auf 240 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

4. Die Teiglinge kreuzweise einschneiden, mit etwas Mehl bestäuben und das Blech in den Ofen schieben. ½ Tasse Wasser auf den Backofenboden schütten und die Brote circa 10 Minuten anbacken. Die Backofentemperatur auf 210 Grad reduzieren und die kleinen Brote in circa 20 Minuten fertig backen. Die Brote aus dem Ofen nehmen und auf Kuchengittern abkühlen lassen.

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Ruhezeit: 100 Minuten

Backzeit: circa 30 Minuten



☒ KAFFEE-ROGGENBROT MIT DATTELN

Zutaten für 1 Brot

200 g Weizenmehl, 150 g Weizenvollkornmehl, 150 g Roggenmehl, 2 EL brauner Zucker, 1 EL Trockenhefe, 1 TL Salz, 1 TL gemahlener Ingwer, 160 ml Vollmilch, 30 ml kalter Espresso, 30 g weiche Butter, Mehl zum Arbeiten und Bestreuen, 140 g ungezuckerte Datteln

1. Die Mehle mit Zucker, Hefe, Salz und Ingwer in einer Schüssel vermengen. Milch, Espresso und die weiche Butter untermischen. Nach und nach circa 150 ml lauwarmes Wasser zugießen und alles zu einem glatten Teig verkneten. Bei Bedarf etwas Wasser oder Mehl einarbeiten. Der Teig sollte weich und geschmeidig, aber nicht klebrig sein. Auf einer bemehlten Arbeitsfläche circa 10 Minuten kneten, zur Kugel formen und in einer Schüssel mit einem Tuch bedeckt circa 2 Stunden bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

2. Die Datteln entkernen und in kleine Stücke schneiden. Den Teig kurz durchkneten und zu einem großen Rechteck ausrollen. Die Datteln darauf verteilen, den Teig zusammenklappen und circa 5 Minuten kneten. Zu einem ovalen Laib formen, auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen

und mit einem Tuch bedeckt circa 1 Stunde bei Zimmertemperatur gehen lassen.

3. Den Backofen auf 240 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

4. Den Teigling mittig längs einschneiden und auf beiden Seiten des Schnitts 3 kleine, schräge Schnitte setzen. Den Teigling mit Mehl bestäuben und das Blech in den Ofen schieben. ½ Tasse Wasser auf den Backofenboden schütten und das Brot circa 3 Minuten anbacken. Die Ofentür kurz öffnen, um die Feuchtigkeit entweichen zu lassen, und das Brot weitere 12 Minuten backen. Die Temperatur auf 210 Grad reduzieren und das Brot in 20–30 Minuten fertig backen. Herausnehmen und auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Ruhezeit: 3 Stunden, Backzeit: 40 Minuten

GRUNDZUBEREITUNG

Bananenbrot



Herrlich saftig, fruchtig, süß – so begeistert Bananenbrot uns und unsere Gaumen. Das Brot – oder doch eher der Kuchen – ist eine prima Möglichkeit, überreife und schon leicht braun gewordene Bananen noch zu verwerten, denn je süßer und aromatischer die Früchte sind, desto besser wird der Kuchen. Ob sie schon etwas matschig sind, spielt da keine Rolle. Sehr dekorativ sieht es aus, wenn man eine Banane längs halbiert und sie leicht in den Teig drückt, wenn dieser schon in der Backform ist. Auch lecker: eine Variante mit 50 g Kakao und 150 g dunkler Schokolade im Teig.

❖ BANANENBROT MIT WALNÜSSEN

Zutaten für 1 Brot bzw. für 1 Kastenform von circa 30 cm

500 g Bananen, Saft von 1 Limette, 140 g brauner Zucker, 125 g Butter, 2 Eier, 1 Vanilleschote, 250 g Mehl, 1 Päckchen Backpulver, 150 g Walnusskerne, Butter zum Servieren

1. Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. Die Backform mit Backpapier auskleiden.

2. Die Bananen schälen, klein brechen und mit dem Limettensaft zerdrücken. Den Zucker mit der Butter, den Eiern und dem Bananenpüree verrühren. Die Vanilleschote der Länge nach aufschlitzen und das Mark herauskratzen. Das Mehl mit dem Backpulver und dem Vanillemark mischen. Nach und nach in die Schüssel geben und einrühren, bis die trockenen Zutaten feucht sind. Die Walnüsse grob hacken und unter den Teig ziehen.

3. Den Teig in die Form füllen und im vorgeheizten Backofen 50–60 Minuten backen (Stäbchenprobe machen). Nach circa 45 Minuten mit Alufolie abdecken. Das fertige Brot herausnehmen, etwas in der Form abkühlen lassen und dann aus der Form stürzen. Auf einem Kuchengitter auskühlen lassen. In Scheiben schneiden und mit Butter bestrichen servieren.

Zubereitungszeit: 15 Minuten, Backzeit: 60 Minuten



1 Die Bananen mit der Gabel zerdrücken und mit dem Limettensaft verrühren.

2 Mehl und Backpulver mischen und zu Butter, Zucker, Eiern und Bananen geben.

3 Zuletzt noch die gehackten Walnüsse unter den Teig heben

GRUNDZUBEREITUNG

Croissants



Wer träumt am Sonntagmorgen nicht davon? Noch warm liegt das frisch gebackene Croissant auf dem Teller, beim Aufreißen blättern feine Schichten ab und ein süß-buttriger Duft steigt uns in die Nase. Wer am Morgen Arbeit sparen will, bereitet den Teig bis Schritt 3 vor, stellt ihn eingewickelt kalt und muss am nächsten Morgen nur noch die Hörnchen formen.

CROISSANTS

Zutaten für 12–15 Stück

500 g Mehl, 50 g Zucker, 1 TL Salz, 20 g frische Hefe, 100 ml lauwarme Milch, Mehl zum Arbeiten, 250 g Butter, 1 Ei

1. Mehl, Zucker und Salz in eine Schüssel geben. In der Mitte eine Mulde formen und die Hefe hineinbröckeln. Mit etwas lauwarmen Milch vermengen und abgedeckt 20 Minuten gehen lassen.

2. Circa 200 ml lauwarmes Wasser mit der restlichen Milch zugeben und gut verrühren. Auf bemehlter Arbeitsfläche zu einem geschmeidigen Teig verkneten. In der Schüssel abgedeckt 20 Minuten kalt stellen.

3. Den Teig auf bemehlter Arbeitsfläche durchkneten und zu einem Rechteck von circa 20x40 cm ausrollen. Die kalte Butter zwischen Backpapier legen. Mit einem Nudelholz zu einem circa 20 cm großen Quadrat ausrollen. Auf die Mitte des Teiges legen, die Teigränder darüberschlagen und mit dem Nudelholz ausrollen. Den Teig von beiden Seiten zu einem Drittel einfalten. Das Rechteck um 90° drehen. Nochmals ausrollen und den Faltvorgang wiederholen. Falls nötig, immer wieder mit etwas Mehl bestäuben. Mit Frischhaltefolie abgedeckt 20 Minuten kalt stellen. Den gesamten Faltvorgang zweimal wiederholen und den Teig dazwischen jeweils 20 Minuten kalt stellen.

4. Eine Dreiecks-Schablone mit 20x20x15 cm ausschneiden. Den Teig ausrollen (etwa 40x40 cm), halbieren, die Schablone auflegen und Dreiecke ausschneiden. Von der Seite aufrollen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Abgedeckt etwa 40 Minuten gehen lassen.

5. Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

6. Das verquirlte Ei auf die Croissants pinseln. Im vorgeheizten Ofen circa 15 Minuten goldbraun backen.

Zubereitungszeit: 75 Minuten

Ruhezeit: 2 Stunden 20 Minuten, Backzeit: 15 Minuten



1 Die Butter zu einem Quadrat ausrollen und den Teig darüberschlagen. 2 + 3 Den Teig nochmals ausrollen, wieder übereinanderschlagen. Den Faltvorgang mehrmals wiederholen. 4 Den ausgerollten Teig in Dreiecke schneiden und diese aufrollen



✂ ERDBEERBROT IM GLAS

Zutaten für circa 7 Sturzgläser à 290 ml Inhalt und 80 mm Durchmesser

Für den Hefeteig: 500 g Weizenmehl, ½ Würfel frische Hefe (21 g), 125 ml lauwarme Kokosmilch, 80 g zerlassene Butter, 20 g Zucker, 1 Prise Salz, 80 g Erdbeer-Konfitüre, 1 Msp. gemahlene Vanille, 40 g geröstete Kokosraspeln

Für die Füllung: 300 g Erdbeeren, 30 g zerlassene Butter, 35 g zartbittere Schokoraspeln

Außerdem: weiche Butter und Brösel für die Gläser, 1 Eigelb (Größe M), 1 EL Milch, Puderzucker zum Besieben

1. Die Gläser mit der weichen Butter einfetten und mit den Bröseln austreuen.

2. Für den Teig das Mehl in eine Schüssel sieben und in die Mitte eine Mulde drücken. Die Hefe hineinbröckeln, mit der Kokosmilch auflösen und etwas Mehl vom Rand untermischen. Den Ansatz mit Mehl bestäuben. Die Schüssel mit einem sauberen Tuch abdecken und an einen warmen, zugfreien Ort stellen, bis die Oberfläche Risse zeigt.

3. Die zerlassene Butter mit Zucker, Salz, Erdbeerkonfitüre und Vanille mischen und mit den

Kokosraspeln zum Vorteig geben. Mit den Knethaken der Küchenmaschine zunächst auf niedrigster, dann auf höchster Stufe zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig in der Schüssel abgedeckt auf doppelte Größe gehen lassen.

4. Für die Füllung die Erdbeeren putzen, waschen und in kleine Würfel schneiden.

5. Den Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche kurz durchkneten. In 7 Portionen teilen, jede Portion auf etwa 20 x 8 cm ausrollen. Jeweils mit etwas zerlassener Butter bestreichen, mit

Erdbeerwürfeln und Schokoraspeln bestreuen, die Seiten etwas einschlagen und der Länge nach aufrollen. Die Rollen in die Gläser setzen und zugedeckt etwa 25 Minuten gehen lassen.

6. Das Ofengitter aus dem Ofen nehmen, den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

7. Eigelb mit Milch verquirlen und die Oberfläche der Brote damit bestreichen. Die Gläser auf das

kalte Backofengitter stellen und im vorgeheizten Ofen 30–35 Minuten backen. Stäbchenprobe durchführen. Aus dem Ofen nehmen, auf ein Kuchengitter stellen und auskühlen lassen. Zum Servieren aus den Gläsern stürzen, mit Puderzucker besieben und servieren.

Zubereitungszeit: 60 Minuten, Gehzeit: circa 75 Minuten, Backzeit: 35 Minuten

☒ SCHOKO-WALNUSS-GEBÄCK

Zutaten für 1 Brot bzw. für 1 Kastenform von circa 30 cm

500 g Mehl, 1 Würfel frische Hefe (42 g), 60 g Zucker, circa 200 ml Milch, 60 g Butter, 2 Eier, ½ TL Salz, Mehl zum Arbeiten, 60 g Nussnougatcreme, 100 g gehackte Walnusskerne, 1 Eigelb zum Bestreichen

1. Das Mehl in eine Schüssel geben und in die Mitte eine Mulde drücken. Die Hefe hineinbröckeln, mit 2 EL Zucker bestreuen und die lauwarme Milch mit etwas Mehl vom Rand einrühren. Abgedeckt an einem warmen Ort circa 30 Minuten gehen lassen, bis die Oberfläche Risse zeigt.

2. Die Butter auf dem Mehlsrand verteilen. Die Eier dazugeben, den restlichen Zucker und das Salz ergänzen. Zu einem geschmeidigen, glatten Teig verkneten. Falls nötig, etwas Mehl hinzufügen, bis sich der Teig vom Schüsselrand löst. Abgedeckt so lange an einem warmen Ort gehen lassen, bis er sein Volumen verdoppelt hat.

3. Den Teig mithilfe einer Teigkarte auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und mit ein wenig Mehl bestreuen. Von Hand nochmals gut durchkneten und zu einem Rechteck ausrollen. Mit der Nougatcreme bestreichen und mit den Walnüssen bestreuen. Den Teig über die lange Seite einklappen und etwas flacher rollen. In 3 Teigstränge teilen und einen



Zopf flechten. Eine Kastenform mit Backpapier auslegen und den Zopf in die Form legen. Nochmals circa 30 Minuten gehen lassen.

4. Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

5. Die Teigoberfläche mit Eigelb bestreichen und das Brot im vorgeheizten Ofen circa 50 Minuten backen (Stäbchenprobe machen). Herausnehmen, auf ein Gitter stürzen und auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 25 Minuten

Gehzeit: circa 2 Stunden, Backzeit: 50 Minuten

☒ KAKAO-ORANGEN-BROT MIT MANDELN

Zutaten für 1 Brot

240 ml Milch, 1 Würfel frische Hefe (42 g), 3 EL Orangenblütenhonig, 1 unbehandelte Orange, 1 EL Orangenblütenwasser, 300 g Dinkelvollkornmehl, 70 g Maisgrieß, 110 g gemahlene Mandeln, 1 EL Salz, 5 EL Kakaopulver, Mehl zum Arbeiten und Bestäuben

1. Die Milch lauwarm erwärmen. Die Hefe zerbröckeln, mit der Hälfte der Milch und dem Honig verrühren und die Mischung stehen lassen, bis sich Blasen entwickeln.

2. Die Orange heiß waschen, trocken reiben und die Schale fein abreiben. Die Orangenfilets auslösen, dabei den Saft auffangen. Die Filets in kleine Stücke schneiden. Den aufgefundenen Saft (circa 2 EL) mit dem Orangenblütenwasser zur restlichen Milch geben.

3. Das Mehl mit dem Maisgrieß, den Mandeln, dem Salz, Kakaopulver, der Orangenschale und dem -fruchtfleisch in

eine Rührschüssel geben. Die Hefemilch zugießen und alles mit dem Knethaken der Küchenmaschine auf niedriger Stufe vermengen. Nach und nach so viel von der Orangensaft-Milch-Mischung zugießen, bis ein luftiger, homogener Teig entstanden ist. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche 5–10 Minuten mit den Handballen durchkneten, dabei immer wieder zusammenschlagen und drehen, bis er nicht mehr klebt und elastisch ist. Den Teig in eine Schüssel geben, mit einem Tuch bedecken und an einem warmen Ort circa 2 Stunden gehen lassen, bis er sein Volumen verdoppelt hat.

4. Ein Backblech mit Backpapier belegen, den Teig als Kugel (mit dem Teigschluss nach unten) daraufsetzen. Die Oberfläche mehrfach kreuzweise einschneiden. Den Teig erneut zugedeckt circa 1 Stunde ruhen lassen.

5. Den Backofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

6. Die Teigoberfläche mit Mehl bestäuben und das Brot im Ofen circa 45 Minuten backen. Das Kakao-Orangen-Brot aus dem Ofen nehmen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Zubereitungszeit: 35 Minuten

Backzeit: 45 Minuten

Ruhezeit: 3 Stunden



Ihr *Land*IDEE-Tipp

Orangenblütenwasser wird bei der Destillation von Orangenblütenknospen gewonnen. Gebäck und Getränke verleiht es eine herrlich fruchtige Note. Bestellen kann man es zum Beispiel unter www.spinnrad.de

Kreta... das Land von Ariadne! Auf diesem südlichsten Punkt des Europäischen Kontinents, einem Ort mit idealen Bedingungen gesegnet, werden Produkte von hervorragender Qualität und einzigartigem Geschmack erzeugt.



Diese kulinarische Vielfalt wird von der Europäischen Union hervorgehoben und durch Zertifizierung und Kennzeichnung für Produkte g.U. – Produkte geschützter Ursprungsbezeichnung und für Produkte g.g.A. – Produkte geschützter geografischer Angaben geschützt.



Zwieback: Die Tradition der Insel respektierend wird der „Zwieback g.g.A. Kreta“ aus purem Getreide, Weich- und Hartweizen, Gerste und Roggen hergestellt. Die Zutaten werden mit nativem extra Olivenöl geknetet, wodurch der besondere Geschmack von Zwieback vervollständigt wird. Mit jedem knusprigen Bissen tauchen die Aromen von Kreta, die Geschichte ihrer Leute und ihre kulinarische Vielfalt auf.

Olivenöl: Die Kombination der klimatischen Bedingungen und Bodengegebenheiten der Region mit der Sorte „Koroneiki“ machen natives extra Olivenöl „g.U. Peza, Heraklion, Kreta“ ein Produkt von hohem Geschmacks- und Ernährungswert. Olivenöl ist der wichtigste Bestandteil der mediterranen Ernährung, die Grundlage jeder ausgewogenen Ernährungsgewohnheit. Natives extra Olivenöl „Peza, Heraklion, Kreta“ wird vom Anbau zur Abfüllung ausschließlich in der Region von Peza produziert, gemäß strengsten Vorschriften über die Sicherheit und Hygiene von Lebensmitteln, und ist das Ergebnis einer langjährigen kretischen Tradition und eines Fachwissens, die aus der Urzeit stammen.

Graviera: Berühmtes Produkt des kretischen Landes, „Graviera g.U. Kreta“ zählt zu den weltweit bekanntesten Käsen. Graviera g.U. Kreta wird größtenteils aus Schafmilch hergestellt, während auch Ziegenmilch bis zu einem Prozentsatz von 20% verwendet werden kann. Die Schafe und Ziegen leben im Freien und ernähren sich mit an Gewürzpflanzen reicher Vegetation. Die besondere Flora von Kreta verleiht den Milchzeugnissen der Insel ein herrliches Aroma und schafft in Zusammenhang mit der traditionellen Herstellungsart in modernen Käsereien, die genau den anspruchsvollen

s Vorschriften folgen, einen unwiderstehlichen Käse.

Probieren Sie die Produkte g.U. und g.g.A.! Sie identifizieren den Ursprung und die an der besonderen Umgebung liegende Qualität, die Tradition und den menschlichen Faktor der Region.

Genießen Sie Zwieback g.g.A. Kreta, natives extra Olivenöl g.U. Peza, Heraklion, Kreta und den berühmten Graviera-Käse g.U. Kreta!

Setzen Sie die kretische Nahrungstradition in Ihre tagtägliche Ernährung ein!

Entdecken Sie das Land von Ariadne!



info@terrareadne.eu

www.terrareadne.eu



DIESE MASSNAHME WIRD DURCH MITTEL DER EUROPÄISCHEN UNION SOWIE DURCH GRIECHISCHE STAATLICHE MITTEL FINANZIERT.



DIE EUROPÄISCHE UNION UNTERSTÜTZT KAMPAGNEN ZUR FÖRDERUNG DER HOHEN QUALITÄT VON LANDWIRTSCHAFTLICHEN PRODUKTEN





Behütet gehen
Hier können Teiglinge ruhen: Die Gärkörbchen aus Peddigrohr von Birkmann findet man in verschiedenen Größen ab 16 Euro auf www.backfreunde.de

GUT ZU WISSEN

Nützlich & schön

Brotbacken macht am meisten Spaß, wenn ein leckeres Ergebnis dabei herauskommt. Mit den richtigen Utensilien geht das Backen leichter von der Hand und die Laibe aus dem Ofen werden zum knusprigen Genuss.

Die Guten ins Töpfchen

Wird Brot im Topf gebacken, bekommt es rundum eine schöne Kruste. Gusseiserne Töpfe eignen sich dafür besonders, wie dieser emaillierte von Sängers. Bestellbar für 30 Euro unter www.hitmeister.de



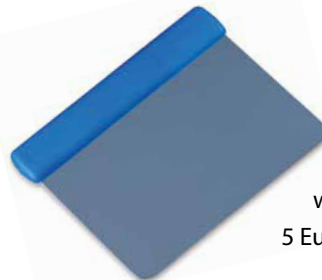
Aufs Gramm genau

Eine genaue Waage ist fürs Brotbacken unerlässlich, digitale Anzeigen sind dafür besser geeignet als analoge. Dieses Modell mit Rührschüssel aus Edelstahl wiegt in 1- Gramm-Abständen. Man findet sie auf www.lakeland.de für rund 35 Euro



Wie geschnitten Brot

Das Brotmesser mit Kirschholzgriff aus der Windmühlenmesser-Manufaktur schneidet dank des speziellen Wellenschliffs mühelos durch jeden Brotlaib. Gibt es für 64,50 Euro bei www.windmuehlenmesser-shop.de



Die dritte Hand

So nennen viele Bäcker die Teigkarte. Beim Lösen, Teilen und Formen besonders von weichen Teigen hilft sie sehr. Für 5 Euro erhältlich bei www.bongu.de

Brot will atmen

Brötchen und Brotlaibe brauchen Luft und wollen atmen, damit sie frisch bleiben. Sehr gut geeignet ist zum Beispiel ein Beutel aus Leinen, da der Stoff entstehende Feuchtigkeit gut aufnimmt. Die Brottasche findet man für 11 Euro beim Linen-HomeShop über www.dawanda.com



Gewebtes für Bäcker

Das dicht gewebte Bäckerleinen nutzt man vor allem während der Gare, da es die Teiglinge stabil hält und sie vor dem Austrocknen schützt. Den Stoff kann man als Meterware für 11,50 Euro pro Meter bestellen unter www.textilshop.at

Hier fühlt sich das Backwerk wohl

Beutel aus Plastik sind für die Aufbewahrung von Brot tabu. Viel besser macht sich in der Küche ein schöner Brottopf oder Brotkasten wie dieser aus Edelstahl von Brabantia. Hier bildet sich keine Feuchtigkeit am Brot. Auf www.springlane.de ist er für 35 Euro bestellbar



Gleichmäßige Wärme

Backsteine gibt es aus Materialien wie Keramik, Cordierit oder Schamotte. Die Steine speichern die Ofenwärme und sorgen für mehr Ofentrieb und eine gute Krustenbildung. Der Schamotte-Stein von Rommelsbacher ist mit Schieber für rund 50 Euro bei www.amazon.de erhältlich



Dampferzeuger

Kleine Metallkugeln, die man im Ofen mit aufheizt, sorgen durch ihre größere Oberfläche für mehr Schwaden. Für 11,50 Euro gibt es solche Edelstahlkugeln bei www.hagengrote.de



BROT IN DER KÜCHE

Vielseitige Zutat



Oft reicht ein leckerer Aufstrich, manchmal muss es aber auch das üppig belegte Sandwich sein: Was man mit Brot Leckerer zaubern kann zeigen die nächsten Seiten. Und dabei ist es sogar nützlich, wenn Brot auch mal altbacken ist.





SANDWICHES &
AUFSTRICHE



Scheibenweise

KREATIVE AUFSTRICHE UND
BELÄGE FÜR SANDWICHES

Genuss

Es ist eine bleibende Erinnerung aus der Schulzeit: wenn die Pausenglocke läutete, alle die Boxen mit ihren Broten hervorholten und genüsslich hineinbissen. Schon damals freute man sich, wenn die Eltern nicht das einfache Wurst- oder Käsebrot eingepackt hatten, sondern auf dem Brot richtig was geboten war: Salat und Tomaten, ein cremiger Aufstrich, vielleicht noch frische Kresse – so wurde der Pausensnack wahrlich zum Genuss. Heute erlebt das Sandwich ein Comeback, denn nicht nur die Begeisterung für frisches und oft selbst gebackenes Brot ist wieder groß, sondern auch die Passion für das, was man Vielseitiges daraus machen kann. Schließlich ist es der Belag oder der Aufstrich, der einer Brotmahlzeit den köstlichen Geschmack verleiht.

PIKANT ODER SÜSS VERFEINERT

Die Grundlage eines gutes Sandwiches ist meist ein cremiger Aufstrich, der dafür sorgt, dass aus dem belegten Brot keine trockene Angelegenheit wird. Basis für solche Aufstriche kann Butter sein, aus der zum Beispiel pikante Knoblauch-, Tomaten- oder Kräuterbutter wird. Dass man sie aber auch süß verfeinern kann, zeigt unsere Dattelbutter in diesem Kapitel. Frischkäse oder Quark sind ebenfalls gu-

te Grundlagen, die einen Aufstrich frisch und streichart machen. Köstlich sind aber auch vegane Brotdips, die auf der Basis von Nüssen, Bohnen, Sonnenblumen- oder anderen Kernen gemixt werden. Oft muss man diese erst einweichen, damit sie leichter zu verarbeiten sind und den Aufstrich wirklich cremig machen. Ist das allein nicht genug, geht es mit dem fröhlichen Belegen weiter. Übrigens sind Sandwiches eine tolle Möglichkeit, um übrig gebliebenes Fleisch zu verarbeiten: einfach in dünne Scheiben schneiden und ab aufs Brot. Noch einige frische Zutaten dazu – schon ist der scheinchenweise Genuss bereit zum Verzehr.



Ab dem Frühjahr können wir wieder aus dem Vollen schöpfen: Frische Kräuter wie Schnittlauch, Kresse, Rauke oder Bärlauch eignen sich super für einen würzigen Kräuteraufstrich



HÄHNCHENSANDWICHES MIT AVOCADOCREME UND ZWIEBELCHUTNEY

Zutaten für 4 Personen

Für das Chutney: 2 rote Zwiebeln, 2 Nektarinen, 1 rote Chilischote, 2 EL brauner Zucker, 3–4 EL Apfelsaft, circa 100 ml Rotweinessig, Salz, Pfeffer aus der Mühle

Für die Sandwiches: 2 Hähnchenbrustfilets à circa 140 g, Salz, Pfeffer aus der Mühle, 2 EL Pflanzenöl, 8 Scheiben Weißbrot, 2 Avocados, Zitronensaft

1. Für das Chutney die Zwiebeln schälen und klein würfeln. Die Nektarinen waschen, halbieren, entkernen und das Fruchtfleisch ebenfalls klein würfeln. Die Chilischote waschen, halbieren, putzen und fein hacken.

2. Den Zucker in einem heißen Topf schmelzen lassen. Die Zwiebeln untermischen und goldbraun karamellisieren. Mit dem Apfelsaft, dem Essig und etwa 100 ml Wasser ablöschen. Die

Nektarinen und das Chili zugeben und unter gelegentlichem Rühren 15–20 Minuten dicklich einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3. Zwischendurch die Hähnchenbrustfilets abrausen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. In einer heißen Pfanne im Öl auf beiden Seiten circa 5 Minuten goldbraun braten. Bei milder Hitze gar ziehen lassen.

4. Die Brotscheiben in einer heißen Grillpfanne beidseitig knusprig rösten.

5. Die Avocados halbieren und entkernen. Das Fruchtfleisch aus der Schale lösen und in einer Schüssel mit der Gabel zerdrücken. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen und auf 4 Brotscheiben streichen. Die Hähnchenbrustfilets in Scheiben schneiden und mit dem Chutney auf der Avocado-creme verteilen. Mit je einer zweiten Brotscheibe belegen und servieren.

Zubereitungszeit: 25 Minuten

Garzeit: 25 Minuten

✂️ TOAST MIT GEBRATENEN PFIRSICHEN UND VANILLE-MASCARPONE-CREME

Zutaten für 4 Personen

4 Pfirsiche, 8 Zweige junger Thymian, 2–3 EL flüssiger Honig, 220 g Mascarpone, 2 EL Sahne, 1 EL Puderzucker, 1 EL Vanillezucker, ½ TL Vanillemark, 1 cl Pfirsichlikör, 4 Scheiben Toastbrot

1. Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen.

2. Die Pfirsiche waschen, halbieren und entsteinen. Den Thymian waschen und trocken schütteln. Die Pfirsiche mit der Schnittfläche nach oben auf das Blech legen, mit Honig beträufeln und mit Thymian belegen. Anschließend im vorgeheizten Ofen circa 20 Minuten backen, bis sie leicht gebräunt sind.

3. Den Mascarpone mit Sahne glatt rühren. Puderzucker, Vanillezucker, Vanillemark und Pfirsichlikör unterrühren und alles gut vermengen. Die Brotscheiben toasten und mit der Creme bestreichen.

4. Die Pfirsiche aus dem Ofen nehmen. Die Toasts jeweils mit 2 Pfirsichhälften belegen, den Thymian darauf verteilen und sofort servieren.

Zubereitungszeit: 15 Minuten

Garzeit: 20 Minuten



☒ DEFTIGES STEAK-SANDWICH

Zutaten für 4 Personen

1 Rindersteak, circa 250 g (z. B. aus der Hüfte), Salz, Pfeffer aus der Mühle, 1 EL Pflanzenöl, 1 unbehandelte Zitrone (Schalenabrieb und Saft), 4 EL Mayonnaise, 1 TL Dijonsenf, 1 EL Sahne-
meerrettich, 1 Schalotte, 8 Cornichons, 20 g Schnittlauch, 8 Scheiben Roggenvollkornbrot

1. Das Steak abbrausen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. In einer heißen Pfanne im Öl auf beiden Seiten je circa 2 Minuten braun anbraten. Bei milder Hitze 5–6 Minuten rosa gar ziehen lassen, zwischendurch wenden.

2. Die Zitrone heiß waschen, trocken tupfen und die Schale abreiben. Etwas Saft auspressen, mit der Mayonnaise, dem Senf und dem Sahnemeerrettich zu einer Creme verrühren und mit Salz abschmecken. Die Schalotte schälen und in feine Scheiben schneiden. Die Cornichons trocken tupfen und längs halbieren. Den Schnittlauch ab-

brausen, trocken schütteln und in feine Röllchen schneiden.

3. Das Steak aus der Pfanne nehmen, einige Minuten ruhen lassen, dann in dünne Scheiben schneiden. 4 Brotscheiben mit der Creme bestreichen, mit dem Fleisch belegen, Cornichons und Zwiebeln darauf verteilen und mit dem Zitronenabrieb und Schnittlauch bestreuen. Mit etwas Zitronensaft beträufeln, je eine zweite Brotscheibe darauflegen und servieren.

Zubereitungszeit: 10 Minuten

Garzeit: 10 Minuten





❖ SANDWICH MIT THUNFISCHSALAT

Zutaten für 4 Personen

2 Dosen Thunfisch im eigenen Saft (à circa 140 g), 2–3 Stängel Dill, 50 g Joghurt, 1 Prise Cayennepfeffer, 1 Msp. edelsüßes Paprikapulver, 1 EL Mayonnaise, Salz, Zitronensaft, Pfeffer aus der Mühle, ¼ Salatgurke, 4 Vollkornbrötchen

1. Den Thunfisch gut abtropfen lassen und in einer Schüssel mit einer Gabel zerpfücken. Den Dill abrausen, trocken schütteln, abzupfen und hacken. Ein wenig zum Garnieren beiseitelegen, den Rest mit dem Joghurt, Cayennepfeffer, Paprika, Mayonnaise, Salz, Zitronensaft und Pfeffer unter den Thunfisch mengen und abschmecken.

2. Die Gurke waschen und in dünne Scheiben schneiden oder hobeln.

3. Die Brötchen waagrecht halbieren, die Unterseiten mit Gurkenscheiben belegen, darauf den Thunfischsalat setzen, mit dem übrigen Dill bestreuen, die Deckel auflegen und servieren.

Zubereitungszeit: 10 Minuten

GRUNDZUBEREITUNG

Strammer Max



Er geht schnell, schmeckt deftig und ist deshalb bei vielen Familien ein beliebtes Abendessen: der Stramme Max. Dahinter steckt eine knusprig geröstete Scheibe Brot, das mit einer Lage kernigem Schinken und einem warmen Spiegelei zur herzhaften und reichhaltigen Mahlzeit wird. Natürlich kann man ihn so klassisch genießen, aber wir hätten auch ein paar

Ideen für neue leckere Varianten: Einige Scheiben Tomaten und Zwiebelringe bringen Würze und Frische. Auch einige Blätter Rauke oder Kresse vom Fensterbrett schmecken herrlich zum Brot. Besonders deftig wird der Stramme Max mit krossen Röstzwiebeln oder ein paar klein gewürfelten Gewürzgurken bestreut. Guten Appetit!

☒ STRAMMER MAX MIT SPECK

Zutaten für 4 Personen

8 Eier, 30 g Butter, Pfeffer aus der Mühle, Salz, 4 Scheiben Graubrot, circa 16 Scheiben Südtiroler Speck oder Kochschinken

Für die Variante: 2 Tomaten, 1 rote Zwiebel

1. Die Eier in einer heißen Pfanne in der Hälfte der Butter zu Spiegeleiern braten. Mit Pfeffer und wenig Salz würzen.

2. Die Brotscheiben toasten, mit übriger Butter bestreichen und jede Scheibe mit Speck belegen. Je 2 Spiegeleier daraufsetzen und mit Schnittlauch bestreut servieren.

Variante: Die Tomaten waschen, den Stielansatz ausschneiden und die Tomaten in Scheiben schneiden. Die Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden. Tomaten und die Zwiebelringe auf den Speck legen, dann die Spiegeleier auf das Brot geben.

Zubereitungszeit: 10 Minuten

Garzeit: 4 Minuten

1 Ein würziges Brot mit fester Krume ist die perfekte Basis für Strammen Max. 2 Ob würziger Speck oder lieber fein geschnittener Kochschinken aufs Brot kommt, entscheidet der eigene Gusto. 3 Die Eier sollten direkt aus der Pfanne noch warm aufs Brot



☒ SELBST GEMACHTER METTWURST-AUFSTRICH

Zutaten für 2–3 Gläser à 200 ml Inhalt

Für den Aufstrich: 300 g mageres Schweinefleisch, 200 g geräucherter Schweinebauch, 25 g Pökelsalz, 1 TL Sellariesalz, gemahlener weißer Pfeffer

Zum Servieren: Graubrot in Scheiben, Butter, 1 Handvoll Zwiebelwürfel, edelsüßes Paprikapulver



1. Das Schweinefleisch und den Schweinebauch abrausen und trocken tupfen. Beides in Würfel schneiden. Das Pökelsalz mit circa 1 l Wasser verrühren, die Fleischwürfel in die Lake legen, sodass sie vollständig damit bedeckt sind. Circa 24 Stunden darin ziehen lassen.

2. Das Fleisch aus der Lake nehmen und abtropfen lassen, trocken tupfen und durch einen Fleischwolf drehen. Mit dem Sellariesalz und weißem Pfeffer abschmecken, in die vorbereiteten Gläser verteilen und fest verschließen. Die Mettwurst im Kühlschrank aufbewahren und möglichst zeitnah verbrauchen.

3. Zum Servieren den Aufstrich nach Belieben auf einem Butterbrot verstreichen und mit Zwiebelwürfeln sowie edelsüßem Paprikapulver bestreuen.

Zubereitungszeit: 25 Minuten

Wartezeit: 24 Stunden

Ihr *Land*IDEE-Tipp

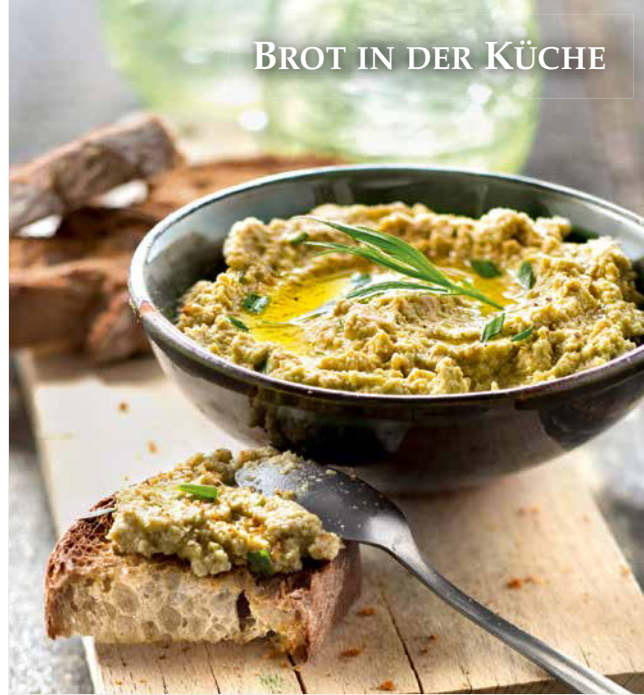
Da das Fleisch für die Zubereitung von Mettwurst weder gekocht noch geräuchert wird, sollte man dafür nur schlachtfisches Fleisch vom Metzger verwenden und bei der Zubereitung sehr auf Hygiene achten. Hat man zu viel gemacht, kann man den Wurstaufstrich auch einfrieren.

✧ OLIVENPASTE MIT MANDELN UND ESTRAGON

Zutaten für 4 Personen

3 Sardellenfilets in Öl, 1 Knoblauchzehe, 100 g grüne Oliven, 1–2 Zweige Estragon, 50 g geschälte Mandelkerne, 2 TL Kapern, 4 EL Olivenöl, 1 TL Honig, 1–2 TL Zitronensaft, Pfeffer aus der Mühle

1. Die Sardellenfilets abbrausen und trocken tupfen. Den Knoblauch schälen. Die Oliven abtropfen lassen. Den Estragon abbrausen, trocken schütteln und einige Blätter abzupfen.
2. Die vorbereiteten Zutaten mit den Mandeln, Kapern, 3 EL Öl, Honig und etwas Zitronensaft in einen Mixer geben. Alles fein pürieren und mit Zitronensaft und Pfeffer abschmecken.



3. Die Olivenpaste in eine Schale geben, mit dem übrigen Estragon garnieren, mit dem restlichen Olivenöl beträufeln und servieren.

Zubereitungszeit: 15 Minuten

✧ AVOCADO-KICHERERBSEN-MOUSSE MIT SCHWARZEM SESAM

Zutaten für 4 Personen

150 g Kichererbsen (Dose), 1 Knoblauchzehe, 2 Avocados, ½ Limette, Saft, einige Tropfen Worcestersauce, Salz, 1–2 Prisen Cayenne-pfeffer, 2 TL schwarzer Sesam

1. Die Kichererbsen in einem Sieb abspülen und abtropfen lassen. Den Knoblauch schälen und hacken. Die Avocados halbieren, entkernen und das Fruchtfleisch aus den Schalen heben.
2. Die Kichererbsen, die Avocados, den Limettensaft und den Knoblauch mit einem Stabmixer pürieren. Mit Worcestersauce, Salz und Cayenne abschmecken. Zuletzt den Sesam einrühren. Die Masse in vorbereitete Gläschen füllen und mit Frischhaltefolie so abdecken, dass die Folie dicht auf der Mousse aufliegt. Zeitnah verbrauchen.

Zubereitungszeit: 15 Minuten



❖ LIPTAUER-AUFSTRICH

Zutaten für 4 Personen

Für die Creme: 1 Knoblauchzehe, 200 g Sahnequark, 100 g Doppelrahm-Frischkäse, 1 EL mittelscharfer Senf, 2 TL edelsüßes Paprikapulver, Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zum Servieren: 2 Gewürzgurken, 4 Scheiben Schwarzbrot, 1 EL Kapern, edelsüßes Paprikapulver

1. Die Knoblauchzehe schälen und pressen. Mit dem Quark, dem Frischkäse, dem Senf und dem Paprikapulver glatt verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
2. Zum Servieren die Gurken in Scheiben schneiden. Den Aufstrich auf das Schwarzbrot streichen, mit den Gurkenscheiben und den Kapern belegen und mit Paprikapulver bestreuen.

Zubereitungszeit: 15 Minuten



❖ THUNFISCHCREME MIT FENCHELGRÜN

Zutaten für 4 Personen

Für die Creme: 250 g Thunfisch im eigenen Saft (Dose), 1 Schalotte, 1 Knoblauchzehe, 2 EL Olivenöl, 1 Sardellenfilet in Salz, 1 EL Zitronensaft, 1 TL Kapern, Salz, Pfeffer aus der Mühle, Cayennepfeffer, 1 TL fein gehacktes Fenchelgrün, 60 g Crème fraîche

Zum Servieren: etwas Fenchelgrün, Zitronenspalten

1. Den Thunfisch in einem Sieb abtropfen lassen. Die Schalotte und den Knoblauch schälen und beides fein würfeln. 1 EL Olivenöl in der Pfanne erhitzen, die Schalotten und den Knoblauch darin hell anschwitzen, dann beiseitestellen. Das Sardellenfilet wässern und grob hacken.



2. Den Thunfisch mit einer Gabel zerpfücken und in einen Rührbecher geben. Die Schalotten-Knoblauch-Mischung, das übrige Öl, Zitronensaft, Sardellenfilet, Kapern, Gewürze, Fenchelgrün und Crème fraîche zufügen und alles fein pürieren.
3. Das Püree mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Thunfischcreme in eine Schüssel füllen, mit dem Fenchelgrün garnieren und mit Zitronenspalten servieren. Dazu nach Belieben geröstetes Landbrot reichen.

Zubereitungszeit: 15 Minuten

Garzeit: 5 Minuten

☒ CURRY-LINSEN-AUFSTRICH

Zutaten für 4 Personen

Für den Aufstrich: 150 g gelbe Linsen, 2 cm Ingwer, 3 Knoblauchzehen, 3 EL Olivenöl, 2 EL Limettensaft, 1 EL mildes Currypulver, ¼ TL gemahlener Kreuzkümmel, ¼ TL gemahlener Koriander, 1 Prise Chilipulver, Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zum Servieren: 1 kleine rote Zwiebel, 1 kleines Baguette, 2 EL Schnittlauchröllchen

1. Die Linsen in einem Sieb abbrausen, in einem Topf mit kochendem Wasser in circa 20 Minuten sehr weich garen, bis sie zu zerfallen beginnen. Die Linsen abgießen und abtropfen lassen.
 2. Das Ingwerstück und die Knoblauchzehen schälen und fein würfeln. In einer Pfanne 1 EL Öl erhitzen und den Ingwer und Knoblauch darin hell anschwitzen. Die Linsen mit der Ingwer-Knoblauch-Mischung, dem übrigen Öl, Limettensaft und den Gewürzen fein pürieren. Den Curry-Linsen-Aufstrich mit Salz und Pfeffer abschmecken.
 3. Die Zwiebel schälen und klein würfeln. Das Baguette in Scheiben schneiden. Je zwei Brotscheiben mit Linsenpüree bestreichen, mit den Zwiebelwürfeln und dem Schnittlauch bestreuen und servieren. Den restlichen Curry-Linsen-Aufstrich und das übrige Brot separat dazu reichen.
- Zubereitungszeit: 15 Minuten**
Garzeit: 20 Minuten



☒ BOHNENPASTE MIT INGWER



Zutaten für 2 Gläser à circa 300 ml

150 g Kidneybohnen, 50 g rote Linsen, 2 Knoblauchzehen, 40 g Ingwer, 2 Tomaten, 900 ml Gemüsebrühe, ½ TL Currypulver, Salz, Pfeffer aus der Mühle

1. Die Kidneybohnen für circa 4 Stunden in reichlich Wasser einweichen.
2. Die Linsen in einem Sieb waschen. Die Knoblauchzehen schälen und klein schneiden. Den Ingwer schälen und hacken. Die Tomaten waschen und klein schneiden.
3. Die Bohnen in einem Sieb abspülen und zusammen mit dem Ingwer, der Brühe, dem Curry,

dem Knoblauch, den Tomaten und den Linsen in einem Topf zum Kochen bringen. Zugedeckt bei niedriger Temperatur garen, bis die Bohnen und die Linsen weich sind. Mit einem Stabmixer pürieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. In Gläser füllen, fest verschließen und kalt stellen.

Zubereitungszeit: 15 Minuten

Wartezeit: 4 Stunden, Garzeit: 40 Minuten

☒ SÜSSE DATTELBUTTER

Zutaten für 4 Personen

100 g getrocknete Datteln, 150 g weiche Butter, 3 TL Honig, ½ TL gemahlener Zimt

1. Die getrockneten Datteln halbieren, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Eine Dattel zum Garnieren in Spalten schneiden und würfeln.
2. Die weiche Butter in einer Schüssel cremig rühren, Honig und Zimt dazugeben und gut vermischen. Die gewürfelten Datteln untermischen, die Butter in ein Schälchen füllen und mit den beiseitegelegten Dattelspalten und -würfelchen garnieren.

Zubereitungszeit: 10 Minuten



☒ ERDNUSSBUTTER

Zutaten für 1 Glas (circa 300 ml)

230 g Erdnusskerne, geschält und ungesalzen, circa 25 ml Erdnussöl, 1 Prise Salz

1. Die Erdnüsse in einer beschichteten Pfanne ohne Fett kurz rösten, dann beiseitestellen und auskühlen lassen.
2. Die gerösteten Erdnüsse mit Erdnussöl und Salz im Mixer in mehreren Durchgängen bis zur gewünschten Konsistenz zerkleinern. Je länger die Masse zerkleinert wird, desto weniger Nussstückchen bleiben erhalten und desto feiner und homogener wird das Ergebnis. Bei Bedarf noch etwas Öl untermischen.
3. Die Erdnussbutter in ein vorbereitetes Glas füllen und gut verschließen. Im Kühlschrank fest werden lassen. Kühl gelagert hält sich die Creme circa 6 Wochen.

Zubereitungszeit: 10 Minuten

Garzeit: 5 Minuten

GRUNDZUBEREITUNG

Karamellaufstrich



Ein Brot mit fruchtiger, selbst gemachter Marmelade ist zum Frühstück ein Gedicht. Doch für wahre Schleckermäuler darf es manchmal gerne noch etwas süßer sein. In solchen Momenten ist dann ein cremiger Karamellaufstrich genau das Richtige – Essen für die Seele. Karamellierter Zucker wird dafür mit Butter, Sahne und Milch dickflüssig eingekocht. Immer fein ist eine salzige Note zu Karamell. Dafür kann man die Creme entweder mit Meersalzflöckchen abschmecken oder man verwendet gleich gesalzene Butter. Für etwas Biss in der Creme sorgen gehackte Nüsse, die man am besten vor dem Untermischen anröstet – so werden sie noch aromatischer und die Creme ein Fest für Naschkatzen!

☞ KARAMELLCREME

Zutaten für circa 400 ml Karamellcreme

50 g Butter, 250 g brauner Zucker, 1 Prise Salz, 200 ml Sahne, 250 ml Milch, Mark von 1 Vanilleschote

1. Die Butter in einer hohen Pfanne oder einem Topf schmelzen. Den Zucker und das Salz hineingeben und braun karamellisieren lassen. Die Sahne und die Milch hinzufügen, aufkochen lassen und unter ständigem Rühren das Karamell lösen.

2. Das Vanillemark dazugeben und bei mittlerer Temperatur circa 45 Minuten einkochen lassen, bis eine dicke Creme entstanden ist. Dabei mindestens alle 5 Minuten umrühren. Die Karamellcreme ist fertig, wenn sie zäh vom Löffel tropft.

3. Die Creme in heiß ausgespülte Gläser füllen, gut verschließen und auskühlen lassen. Bis zur Verwendung im Kühlschrank aufbewahren.

Zubereitungszeit: 5 Minuten, Garzeit: 55 Minuten

1 Erst die Butter schmelzen, dann den Zucker einrieseln und karamellisieren lassen. 2 Dann Sahne und Milch zugeben und das Karamell durch Rühren darin auflösen.

3 Das Mark einer Vanilleschote auskratzen und mitköcheln. 4 Wer etwas Biss in der Creme möchte, mischt vor dem Abfüllen gehackte geröstete Nüsse unter



KOCHEN
MIT BROT



Kochen mit Brot

MIT FEINEN IDEEN
NICHTS VERSCHWENDEN

Etwa 500.000 Tonnen Brot wandern in Deutschland jährlich in die Mülltonne. Das meiste davon ist Überschussware aus Bäckereien und Supermärkten, doch auch in den deutschen Haushalten kann auf dem Teller scheinbar nur einwandfrei weiches und saftiges Gebäck bestehen. Zwar stimmt es, dass Brot bei falscher Lagerung schnell verdirbt und deshalb nicht lange aufbewahrt werden kann. Solange es aber nicht schimmelig, sondern nur hart ist, gibt es keinen Grund, es wegzuerwerfen. Denn mit ein paar kreativen Einfällen kann man aus altbackenen Brotscheiben die tollsten Gerichte zaubern – ganz ohne Verschwendung, dafür aber mit viel Geschmack.

VERWERTEN ODER EINFRIEREN

Altbackenes Brot und trockene Brötchen eignen sich ganz hervorragend für die Resteküche. Einige Speisen, denen dieses Gebäck als Grundlage dient, sind inzwischen sogar richtige Klassiker, zum Beispiel Semmelknödel, Brotsuppe oder Arme Ritter – Weißbrotscheiben, die in einem Gemisch aus Milch, Eiern und Zucker gewendet und anschließend in etwas Fett gebraten werden. Damit die kostbaren Lebensmittel aber gar nicht erst hart werden, hier ein paar Tipps zur richtigen Lagerung: Brot sollte

man immer in einem Brotkasten oder Tontopf aufbewahren. Je höher der Weizenanteil, desto schneller trocknet es aus. Weißbrot daher nur kaufen, wenn es innerhalb der nächsten zwei Tage gegessen wird. Übrig gebliebenes Brot lässt sich auch prima einfrieren: einfach in Scheiben schneiden, in einen Gefrierbeutel stecken, die Luft herausdrücken und ab damit ins Tiefkühlfach. Bei Bedarf zwei bis drei Stunden bei Zimmertemperatur auftauen lassen, mit kaltem Wasser bestreichen und im heißen Ofen bei etwa 125 Grad fünf bis acht Minuten aufbacken. Und sollte das Brot doch einmal hart werden, bleiben immer noch die leckeren Rezepte auf den nächsten Seiten.

Dreht man trockene Brötchen durch den Fleischwolf oder zerkleinert sie im Mixer, hat man im Handumdrehen selbst gemachte Semmelbrösel – perfekt für Schnitzel



GRUNDZUBEREITUNG



Bratsuppe

Viel zu schade zum Wegwerfen, aber manchmal eben auch unvermeidlich: alt gewordenes Brot. Daraus lässt sich aber noch ganz prima eine günstige Suppe zubereiten. Man sollte lediglich darauf achten, dass das Brot keinen Schimmel angesetzt hat und schön hart ist. Mit guter Gemüsebrühe, frischen Kräutern, Gewürzen und geschmacksintensivem Käse lässt sich aus diesem „übrig gebliebenen“ Lebensmittel ein delikates Gericht zaubern. Schon früher war diese Suppe eine beliebte Mahlzeit in der Fastenzeit, wo auf fleischlichen Genuss gänzlich verzichtet werden sollte.

✠ BROTSUPPE MIT KÄSE ÜBERBACKEN

Zutaten für 4 Personen

2 Zwiebeln, 1 Knoblauchzehe, 3–4 EL Butter, 1 l Gemüsebrühe, 250 g altbackenes Weißbrot, 2 EL frisch gehackte Kräuter (z. B. Dill und Petersilie), 1 Prise getrocknete Peperoncini, 120 g geriebener Hartkäse, Pfeffer aus der Mühle, ½ TL zerstoßene Koriandersamen, Salz, frisch gehobelter Hartkäse zum Garnieren

1. Die Zwiebeln und den Knoblauch schälen und fein würfeln. In 1 EL heißer Butter in einem Topf langsam glasig anschwitzen. Die Brühe aufgießen und etwa 10 Minuten leise köcheln.

2. Den Ofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

3. Das Brot in Scheiben schneiden und in einer Pfanne in der restlichen Butter auf beiden Seiten goldbraun braten. Eine Auflaufform mit den Brotscheiben auslegen und mit den Kräutern, Peperoncini sowie dem Käse bestreuen. Die Suppe darübergießen und mit Pfeffer und Koriander würzen. Im Ofen circa 20 Minuten goldbraun überbacken.

4. Aus dem Ofen nehmen und falls nötig mit Pfeffer und wenig Salz abschmecken. Die Suppe in vorgewärmte Schüsseln füllen und mit frisch gehobeltem Käse bestreut servieren.

Zubereitungszeit: 15 Minuten, Garzeit: 35 Minuten



1 Die Brühe in den Topf gießen, in dem zuvor Zwiebeln und Knoblauch angeschwitzt wurden.

2 Das alte, hart gewordene Brot in Scheiben schneiden und in der Pfanne kurz anrösten.

3 Ganz wichtig sind frische Kräuter. Petersilie oder Schnittlauch eignen sich hierzu am besten.

4 Zum Schluss noch reichlich den gewünschten Käse reiben und über die heiße Suppe streuen



☒ ROTE PAPRIKA MIT BROTFÜLLUNG

Zutaten für 4 Personen

250 g altbackenes Weißbrot (z. B. Ciabatta), 3 reife Tomaten, 2 Knoblauchzehen, 2 EL Kapern, 50 g Hartkäse aus Schafsmilch, 4 EL Olivenöl, 2 EL gehackte glatte Petersilie, 1 TL gehackte Oreganoblättchen, 1 TL Thymianblättchen, Salz, Pfeffer aus der Mühle, 2 EL gehacktes Basilikum, 4 rote Paprikaschoten, 2 EL Semmelbrösel, frische Kräuterblättchen (z. B. Oregano oder Thymian) zum Servieren

1. Das Brot in Scheiben schneiden, kurz in etwas warmem Wasser einweichen, dann gut ausdrücken und mit den Händen fein zerzupfen. Die Tomaten waschen, halbieren, putzen und klein würfeln. Den Knoblauch schälen und fein würfeln. Die Kapern grob hacken. Den Käse fein reiben.

2. In einer Pfanne 1 EL Öl erhitzen und den Knoblauch mit der Petersilie, dem Oregano und dem Thymian darin hell anschwitzen. Die Tomaten zufügen und kurz mit angehen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen und vom Herd nehmen.

3. Die Tomatenmasse zu dem eingeweichten Brot

geben. Kapern, Basilikum und Käse zufügen und alles gut vermengen.

4. Den Ofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Einen Bräter mit 1 EL Öl ausstreichen.

5. Die Paprikaschoten waschen und abtropfen lassen. Einen Deckel abschneiden und die Paprikaschoten von Samen und weißen Trennwänden befreien. Die Schoten mit der Brot-Tomaten-Masse füllen und mit dem restlichen Öl beträufeln. Die Füllung jeweils mit Semmelbröseln bestreu-

en, den Deckel wieder auflegen und die gefüllten Paprika im vorgeheizten Backofen circa 30 Minuten backen.

6. Die Deckel abnehmen und die Paprika noch weitere circa 10 Minuten backen, bis die Füllung goldgelb ist. Die gefüllten Paprika aus dem Ofen nehmen, auf Tellern anrichten und mit Kräuterblättchen garniert servieren.

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Garzeit: 40 Minuten

✂ GEFÜLLTE BRÖTCHEN MIT SCHINKEN UND SPIEGELEI

Zutaten für 4 Personen

4 Brötchen, 4 TL weiche Butter, 100 g Rohschinken in Scheiben, 1 Frühlingszwiebel, 4 Eier, 50 g geriebener Käse (z. B. Bergkäse oder Emmentaler)

1. Den Backofen auf 160 Grad Oberhitze vorheizen.

2. Von den Brötchen jeweils einen kleinen Deckel abschneiden und die Brötchen aushöhlen. Krumen und Deckel anderweitig weiterverwenden. Die Brötchen innen mit Butter ausstreichen.

3. Den Schinken in breite Streifen schneiden und die Brötchen damit auslegen. Die Frühlingszwiebel waschen, putzen, das Grün zum Garnieren in Ringe schneiden, den Rest leicht schräg in sehr feine Ringe schneiden. Die Eier aufschlagen und vorsichtig in die Brötchen gleiten lassen. Mit den Frühlingszwiebeln bestreuen und den Käse darüber verteilen.



4. Die Brötchen in den vorgeheizten Backofen geben und circa 15 Minuten goldbraun backen. Herausnehmen, mit dem Frühlingszwiebelgrün bestreuen und servieren. Nach Belieben noch mit etwas Salz und Pfeffer würzen.

Zubereitungszeit: 10 Minuten, Backzeit: 15 Minuten

☒ GEMÜSE-LINSEN-SUPPE MIT BROTKNÖDELN

Zutaten für 4 Personen

Für die Suppe: 2 Zwiebeln, 2 Knoblauchzehen, 400 g mehligkochende Kartoffeln, 150 g Knollensellerie, 2 Möhren, 2 EL Butter, 150 g braune Linsen, circa 2 l Gemüse- oder Fleischbrühe, 1 Lorbeerblatt, 1 Handvoll frisch gehackte Kräuter (Oregano und Petersilie), Salz, Pfeffer aus der Mühle, gemahlener Kümmel

Für die Brotknödel: 100 g Toastbrot, 350 g Mehl, 1 TL Salz, 1 Prise Zucker, frisch geriebener Muskat, 20 g Hefe, circa 150 ml lauwarme Milch, 1 Ei, 1 Eigelb

1. Für die Suppe die Zwiebeln, den Knoblauch, die Kartoffeln, den Sellerie und die Möhren schälen. Die Zwiebeln und den Knoblauch fein würfeln. Die Kartoffeln und den Sellerie klein würfeln, die Möhren in Scheiben schneiden.

2. Zwiebeln mit Knoblauch in einem heißen Schmortopf in der Butter langsam goldbraun braten. Das übrige Gemüse ergänzen, die abgebrausten Linsen ergänzen und etwas Brühe angießen. Das Lorbeerblatt zugeben und die Suppe unter gelegentlichem Rühren circa 1½ Stunden sämig einköcheln lassen. Zwischendurch immer wieder Brühe nachgießen.

3. Für die Knödel das Toastbrot in kleine Würfel schneiden. Das Mehl mit Salz, Zucker und Muskat mischen, in eine Schüssel geben und die Hefe hineinbröckeln. Unter Rühren Milch, Ei und Eigelb dazugeben und alles zu einem glatten Teig verarbeiten. Das Brot daruntermischen und den Teig zugedeckt an einem warmen Ort circa 30 Minuten gehen lassen.

4. Anschließend mit einem Löffel Klößchen abstechen und in einen Topf mit Salzwasser geben. Darin unter mehrmaligem Wenden circa 10 Minuten gar ziehen lassen.

5. Die Kräuter zur Suppe geben und mit Salz, Pfeffer und Kümmel abschmecken. Die abgetropften Klößchen unter die Suppe mischen und servieren.

Zubereitungszeit: 35 Minuten

Garzeit: 1 Stunde 45 Minuten





☒ VEGGIE-ROLLEN MIT TOMATENSOSSE

Zutaten für 4 Personen

Für die Soße: 1 Zwiebel, 1 EL Pflanzenöl, 1 EL Tomatenmark, 150 ml Rotwein, 400 g stückige Tomaten, Salz, 1 Prise Zucker, Pfeffer aus der Mühle

Für die Würste: ½ Stange Lauch, 1 EL Butter, 150 g würziger Hartkäse, circa 125 g Semmelbrösel, 3 Eier, 1 EL frisch gehackte Petersilie, 1 EL frisch gehackter Thymian, 1 TL Senf, Salz, Pfeffer aus der Mühle, circa 60 g Semmelbrösel zum Panieren, Pflanzenöl zum Frittieren, 2 EL frisch gehackte Petersilie zum Garnieren

1. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. In einem heißen Topf im Öl glasig anschwitzen. Das Tomatenmark kurz mitschwitzen und mit Wein ablöschen. Die Tomaten zugeben, mit Salz, Zucker und Pfeffer würzen und etwa 20 Minuten sämig köcheln lassen. Ab und zu umrühren.

2. Den Lauch waschen, putzen und in feine Streifen schneiden. In einer heißen Pfanne in der Butter 2–3 Minuten farblos anschwitzen. Abkühlen lassen. Den Käse zerbröckeln und mit dem Lauch und den Bröseln im Mixer zerkleinern.

3. Die Eier trennen. Eigelbe, Kräuter und Senf verrühren, zu den Bröseln geben und vermischen.

Die Masse soll gut formbar sein, evtl. ein Eigelb, Wasser oder Brösel ergänzen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Aus der Masse 8 Rollen formen.

4. Die Eiweiße verquirlen, die Rollen darin wenden und mit den Bröseln panieren. In heißem Öl (circa 170 Grad) 5–6 Minuten goldbraun frittieren. Herausnehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Die Tomatensoße abschmecken, die Rollen mit Petersilie bestreuen und zusammen mit der Soße servieren. Dazu passt selbst gemachtes Kartoffelpüree und pikanter Grünkohl.

Zubereitungszeit: 50 Minuten

Garzeit: 35 Minuten



❧ BROTAUFLAUF MIT FENCHEL UND SPECK

Zutaten für 4 Personen

4–6 kleine Fenchelknollen mit Stiel (circa 700 g), 1 große Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, 200 g Räucher-speck, 4 Scheiben Weizenmischbrot vom Vortag, Salz, 2 EL Butter, circa 1 EL Butter für die Form, 4 Eier, 100 ml Sahne, Pfeffer aus der Mühle, 120 g geriebener Käse (z. B. Greyerzer oder Gouda)

Zum Servieren: 1 TL Sprossen (z. B. Radieschen, Kresse oder Rucola)

1. Den Fenchel waschen, putzen, längs halbieren und etwas Fenchelgrün beiseitelegen. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein würfeln. Den Speck in Streifen schneiden. Das Brot in circa 1½ cm große Würfel schneiden.

2. Die Fenchelhälften in einem Topf mit reichlich siedenden Salzwasser 4 bis 5 Minuten garen. Herausnehmen und abtropfen lassen. Den Speck in einer beschichteten Pfanne ohne Fett knusprig braten, vom Herd nehmen und auf Küchenkrepp

entfetten. 1 EL Butter in der Pfanne aufschäumen lassen und die Brotwürfel darin goldgelb rösten. Auf einen Teller geben und abkühlen lassen. Die restliche Butter erhitzen und die Zwiebel- und Knoblauchwürfel darin hell anschwitzen.

3. Den Backofen auf 190 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Eine Auflaufform oder einen Bräter mit Butter fetten.

4. Das Fenchelgrün fein schneiden. Die Eier mit Sahne, Salz, Pfeffer, Fenchelgrün und der Hälfte

des geriebenen Käses verquirlen. Die Fenchelhälften, die Zwiebel-Knoblauch-Mischung, Brotwürfel und Speckstreifen in der Form verteilen und mit den verquirlten Eiern übergießen. Den Auflauf mit dem restlichen Käse bestreuen und im vorgeheizten Ofen in circa 30 Minuten goldgelb überbacken. Herausnehmen, den Brotauf-
lauf mit den Sprossen bestreuen und servieren.

Zubereitungszeit: 25 Minuten

Garzeit: 45 Minuten

❖ KASPRESSKNÖDEL

Zutaten für 4 Personen

350 g Knödelbrot, circa 350 ml Milch, 1 Zwiebel, 2–3 EL Butterschmalz, 2 Eier, 150 g Bergkäse, 2 EL frisch gehackte Petersilie, Salz, gemahlener Kümmel, Pfeffer aus der Mühle, Semmelbrösel nach Bedarf

1. Das Knödelbrot in eine Schüssel geben. Die Milch erhitzen, über das Knödelbrot gießen und etwa 10 Minuten ziehen lassen.

2. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. In 1 TL heißem Butterschmalz anschwitzen und unter das Knödelbrot mischen. Die Eier, den klein gewürfelten Käse, die Petersilie, Salz, Kümmel und Pfeffer untermischen und alles zu einem formbaren Teig verkneten. Sollte der Teig zu weich sein, noch etwas Brösel zufügen.

3. Circa 10 Minuten ruhen lassen. Den Teig noch einmal gut durchmengen, aus der Masse etwa 12 kleine Knödel formen und flach drücken („pressen“).

4. Im restlichen heißen Butterschmalz in einer Pfanne auf beiden Seiten je 4–5 Minuten goldbraun ausbacken und auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Garzeit: 15 Minuten



GRUNDZUBEREITUNG



Nudeln, Kartoffeln oder Reis – aus diesen Grundzutaten bereiten wir schon seit Jahrzehnten sättigende und abwechslungsreiche Salate zu. Einen Salat aus geröstetem Brot hat man im Vergleich dazu noch eher selten verzehrt. Dabei liegt die Idee so nahe: Brot vom Vortag, vor allem Weißbrot wie Ciabatta oder Baguette, ist einen Tag später nicht mehr knusprig, sondern oft zäh. In Würfel geschnitten und mit etwas Olivenöl im Ofen angeröstet, bekommt es aber wieder eine krosse Hülle und wird damit zur

perfekten Grundlage für einen mediterranen Brotsalat. Fruchtig süße, rote Kirschtomaten sollten für den Geschmack immer mit in die Schüssel, ansonsten kann man den Frühling und Sommer aber mit saisonalen Zutaten nach Belieben variieren: grüner Spargel, Zucchini, Auberginen, marinierte Champignons, das Ganze abgeschmeckt mit frischen Kräutern. Verschiedene Käse, Speck oder Schinken gesellen sich nach Geschmack dazu – hier könnte ein neuer Lieblingssalat anknüpfen.

❧ ITALIENISCHER BROTSALAT

Zutaten für 4 Personen

300 g Weißbrot vom Vortag (z. B. Ciabatta oder toscanisches Weißbrot), 7 EL Olivenöl, 450 g reife Kirschtomaten, Salz, Pfeffer aus der Mühle, 2 kleine rote Zwiebeln, 1–2 Knoblauchzehen, 1–2 Handvoll Basilikumblätter, 2–3 EL Rotweinessig

- 1.** Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen.
- 2.** Das Weißbrot in circa 2 cm große Stücke schneiden, auf dem Blech verteilen und mit 3 EL Olivenöl beträufeln. Das Brot im vorgeheizten Ofen in 6–10 Minuten goldgelb rösten, herausnehmen und abkühlen lassen.
- 3.** Die Tomaten waschen, halbieren und jeweils den Stielansatz entfernen. Die Tomaten in eine Schüssel geben, salzen und pfeffern. Die Zwiebeln und den Knoblauch schälen. Die Zwiebeln

halbieren und in feine Streifen schneiden, den Knoblauch sehr fein würfeln. Die Basilikumblätter waschen, trocken tupfen und je nach Größe ganz lassen oder in Stücke zupfen.

- 4.** Die Zwiebeln, den Knoblauch, das Brot und die Hälfte des Basilikums zu den Tomaten in die Schüssel geben. Das restliche Öl mit dem Essig zufügen und alles gut vermengen. Den Brotsalat mit Pfeffer übermahlen, mit dem übrigen Basilikum bestreuen und servieren.

Zubereitungszeit: 15 Minuten

Garzeit: 10 Minuten

1 Fruchtige Tomaten und frisches Basilikum dürfen nicht fehlen.

2 Das Anrösten des Brotes im Ofen ist sehr wichtig, damit die Würfel durch Tomaten und Dressing nicht zu sehr durchweichen.

3 Würziger Hartkäse wie Parmesan passt wunderbar zum Brotsalat. Am besten mischt man große Käsespäne unter

Ihr *Land*IDEE-Tipp

Einige Späne frisch gehobelter Hartkäse machen den Brotsalat noch würziger. Eine etwas rustikalere Variante kann man zum Beispiel aus Schwarzbrot, gegrillter Paprika, Rauke und Hirtenkäsewürfeln zubereiten. Das Brot vorher ebenfalls toasten oder anrösten.

☒ SÜSSER BROTAUFLAUF MIT PFLAUMEN

Zutaten für 4 Personen

8–10 blaue Pflaumen, 1 Prise gemahlener Zimt, 6 EL Zucker, 1 TL Zitronensaft, Butter für die Form, 5 altbackene Brötchen, 50 g Rosinen, 35 g Schokodrops, 400 ml Milch, 3 Eier, 1 Prise Salz, 2 EL Butter, Puderzucker zum Bestäuben

1. Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.
2. Die Pflaumen waschen, halbieren, entsteinen und klein schneiden. Mit dem Zimt, 3 EL Zucker und Zitronensaft mischen, 20 Minuten ziehen lassen und in eine gebutterte, ofenfeste Form geben.
3. Das Brot in grobe, mundgerechte Stücke teilen und mit den Rosinen und den Schokodrops vermischen. Auf den Pflaumen verteilen. Die Milch,

Eier, Salz und den restlichen Zucker (circa 3 EL) gut verquirlen und über die Masse gießen.

4. Butterflöckchen aufsetzen und im vorgeheizten Backofen 30–35 Minuten backen. Mit Puderzucker bestäubt servieren. Dazu passt hervorragend eine Vanillesoße.

Zubereitungszeit: 25 Minuten

Ziehen lassen: 20 Minuten

Backzeit: 35 Minuten



LandIDEE LandAPOTHEKE

SONDERHEFT



Jetzt am Kiosk oder online bestellen unter
www.landapotheke.info/sonderhefte

LandAPOTHEKE ist eine Marke der FUNKE Mediengruppe

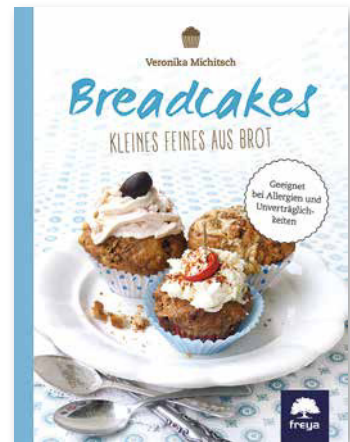
Sind Sie auf den Geschmack von selbst gebackenem Brot gekommen? Dann finden Sie hier weitere Anregungen!



Das Stullen Buch

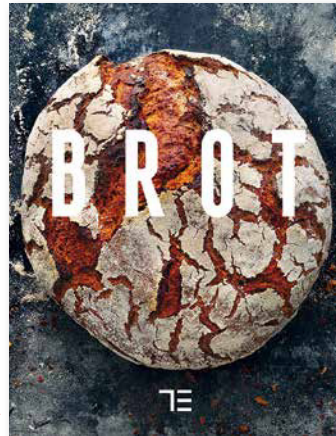
„Eine Liebeserklärung an die Stulle“ nennen die beiden Autoren ihr Buch. Das ist es in der Tat: Mal bodenständig rustikal mit Mett und Zwiebelsenf, mal ausgefallen mit Krabben und Chicoree wird Brot hier belegt. Macht auf jeden Fall Lust, einige Stullen einmal auszuprobieren.

GU, 19,99 Euro



Brot

Viel umfassender als in diesem Buch kann man Brot nicht erfassen. Auf 200 Seiten finden ambitionierte Bäcker viel Wissen rund ums Brotbacken und eine Fülle an abwechslungsreichen Rezepten. Elegant aufgemacht und mit tollen Bildern – ein schönes Geschenk für Brotliebhaber. Teubner, 39,90 Euro



Breadcakes

Cupcakes, kleines Gebäck mit cremigen Toppings, kannte man bisher nur süß. Hier wird der Spieß umgedreht: Kleine Brote, wie Muffins gebacken, die mit gesunden und leckeren Dips und Pasten verziert werden. Eine witzige Idee – und ein Hingucker für das nächste Fest.

Freya Verlag, 14,90 Euro

Unser Experte fürs „Brotbacken“: Marcus Scherpf

Marcus Scherpf ist Bäcker aus Leidenschaft und Überzeugung. 1982 begann er in Hohen-schäftlarn in der Bäckerei „Valent“ seine Lehre als Bäckerge-selle, bis 2000 war er als Bäcker und Konditor angestellt. Noch heute ist er begeisterter Bäcker

und liebt es, für seine Frau, seine drei Töchter und seine Freun-de etwas ganz Besonderes zu zaubern. Für unser neuestes Heft „Brotbacken“ hat er alle Backkre-zepte auf ihre Richtigkeit über-prüft. Allen Hobby-Brotbäckern wünscht er gutes Gelingen!



Warenkunde Brot

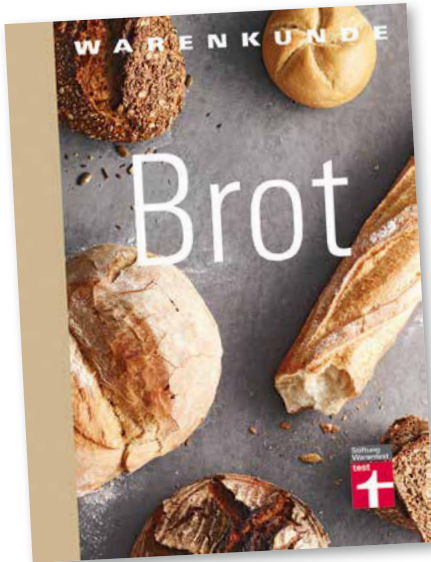
Viele, die gerne Brot essen und selber backen, möchten mehr über dieses Grundnahrungsmittel erfahren. Hierfür ist dieses Buch genau richtig, denn neben bewährten Rezepten von Brotprofi Lutz Geißler schaut man in den Wissenskapiteln quasi hinter die Kulissen

Unser
Buchtipp



Pull-apart-Breads

Sie sind ein neuer Trend beim Brotbacken: Zupfbrote. Egal ob herzhaft oder süß – durch die vorgeformten Teilstücke kann man in größerer Runde nach Herzenslust Biss für Biss das Brot abzupfen. Wie vielseitig die Backidee ist, zeigt Nina Engels in ihrem Buch. Da will man gleich zugreifen. Erhältlich ab Februar. Naumann & Göbel, 7,99 Euro



des Brotes: Wo kommt Brot her? Wie wird es hergestellt? Wie backt man selbst und wie gesund ist Brot? In diesem Buch sind Information und Backhobby gut vereint. Stiftung Warentest, 19,90 Euro

Rezepte für jede Saison

Sie wollen die nächsten Hefte der *LandIDEE*-Küchenreihe nicht verpassen oder bereits erschienene Hefte nachbestellen? Kein Problem – wir liefern sie Ihnen gerne nach Hause.*

Lieferbar sind: Salatküche, Herbstküche, Käseküche, Kartoffelküche, Kräuterküche, Aufläufe & Gratins, Winterküche, Gewürzküche.

Rufen Sie uns an unter

Tel. +49 (0) 40 / 55 98 96 48

oder senden Sie eine Mail an landidee@epms.de.

Oder schicken Sie eine Postkarte an:

EPMS, LandIdee Bestellservice,

Postfach 1580, 22805 Norderstedt

* Heftpreis zzgl. Versandkosten (im Inland 2,95 Euro)



Brotrezepte nach Zeitaufwand

BIS ZU 3 STUNDEN

Aprikosenstuten mit Pistazien	110
Bagels mit Schwarzkümmel	68
Bananenbrot mit Walnüssen	115
Bierbrote aus dem Glas	32
Bierschnecken	34
Bio-Mandelmehlbrot	98
Brezenstangen	64
Brötchenkranz mit Kirschtomaten und Rosmarin	86
Buchweizenbrot mit Hefe	35
Dinkelbrötchen mit Kümmel, Sesam & Roggenschrot	65
Dinkel-Vollkornbrot	39
Erdbeerbrot im Glas	118
Erdbeer-Mandel-Zopf	104
Fougasse mit Oliven und Rosmarin	46
Gewinkelte Brotsticks mit Olivenöl, Oregano und Meersalz	47
Kartoffelbrot mit Käse	94
Käse-Zucchini-Brot mit Kräutern	91
Kerniges Eiweißbrot mit Leinsamen und Kürbiskernen	99
Kleine Brote mit weißer Schokolade	110

Kleine Kastanienbrote mit Rosinen und Haselnüssen	112
Kleine Sauerkraut-Brote	85
Kräuter-Quark-Brötchen	56
Luftige Brotwölckchen	97
Mediterrane Brotschnecke mit Meersalz	26
Mediterrane Brotstangen mit Oliven	44
Mehrkorn-Quark-Brot	38
Milchbrötchen	71
Ofenzupfbrot	89
Oliven-Tomaten-Brötchen	67
Pastinakenbrot mit getrockneten Tomaten	81
Pikantes Apfel-Käse-Brot mit Walnüssen	90
Pitabrote	45
Quarkbrot mit Samen und Haselnüssen	100
Quinoabrot mit Chiasamen und Sonnenblumenkernen	101
Sauerteig-Biskuits	69
Sauerteig-Roggenbrot mit Grünkohl	82
Schwäbische Seelen	33
Scones	63
Selbst gemachte Orangen-Brioche	111
Südtiroler Schüttelbrote	49
Tomatenbrötchen	54
Topinamburbrote aus dem Tontopf	80
Vollkorn-Walnussbrötchen	67
Zucchini-Apfel-Brot mit Ahornsirup und Mandeln	108
Zwiebelbrot mit Buchweizen	95
Zwiebel-Käse-Brot mit Walnüssen	83

BIS ZU 5 STUNDEN

Brotzeitstangen mit Kürbis	26
Croissants	117
Dinkel-Roggen-Brötchen	58
Dinkel-Sauerteig-Brot mit Maronen	27
Franzbrötchen	107
Kaffee-Roggenbrot mit Datteln	113
Kakao-Orangen-Brot mit Mandeln	120
Kartoffelbrötchen	61
Käse-Zwiebel-Brot mit Kräutern	84





Seite 109

Rustikales Urkornbrot	22
Schoko-Walnuss-Gebäck	119
Vinschgauer	57

BIS ZU 10 STUNDEN

Dinkelbrot mit Sonnenblumenkernen	17
Grieß-Mohn-Brot mit Apfel	105
Sauerteigbrot mit Malzbier & Gewürzen	20
Toastbrot	37

ÜBER NACHT ODER LÄNGER

Berliner Schusterjungen	55
Brot mit Roter Bete und Dörripflaumen	87
Ciabatta	43
Dinkelbaguettes mit Schokotropfchen	109
Einfache Ciabattabrötchen	59
Emmer-Vollkornbrot	21
Feigenbrötchen	56
Finnisches Roggenmischbrot	29
Katharinenbrot	16
Krustenbrot	25
Roggenvollkornbrot	28
Runde Mischbrote	23
Sauerteig aus Vollkornmehl	19
Topfbrot ohne Kneten	41

SANDWICHES & AUFSTRICHE

Avocado-Kichererbsen-Mousse	
mit schwarzem Sesam	135
Bohnenpaste mit Ingwer	138
Curry-Linsen-Aufstrich	137

Deftiges Steak-Sandwich	130
Erdnussbutter	139
Hähnchensandwiches mit Avocado-creme und Zwiebelchutney	128
Karamellcreme	141
Liptauer-Aufstrich	136
Olivenseite mit Mandeln und Estragon	135
Sandwich mit Thunfischsalat	131
Selbst gemachter Mettwurst-Aufstrich	134
Strammer Max mit Speck	133
Süße Dattelbutter	139
Thunfischcreme mit Fenchelgrün	136
Toast mit gebratenen Pfirsichen und Vanille-Mascarpone-Creme	129

BROT IN DER KÜCHE

Brotauflauf mit Fenchel und Speck	150
Brotsuppe mit Käse überbacken	145
Gefüllte Brötchen mit Schinken und Spiegelei	147
Gemüse-Linsen-Suppe mit Brotknödeln	148
Italienischer Brotsalat	153
Kaspressknödel	151
Rote Paprika mit Brotfüllung	146
Süßer Brotauflauf mit Pflaumen	154
Veggie-Rollen mit Tomatensoße	149



Seite 146

Rezeptindex von A bis Z

Aprikosenstuten mit Pistazien	110
Avocado-Kichererbsen-Mousse mit schwarzem Sesam	135
Bagels mit Schwarzkümmel	68
Bananenbrot mit Walnüssen	115
Berliner Schusterjungen	55
Bierbrote aus dem Glas	32
Bierschnecken	34
Bio-Mandelmehlbrot	98
Bohnenpaste mit Ingwer	138
Brezenstangen	64
Brotauflauf mit Fenchel und Speck	150
Brötchenkranz mit Kirschtomaten und Rosmarin	86
Brot mit Roter Bete und Dörripflaumen	87
Brotsuppe mit Käse überbacken	145
Brotzeitstangen mit Kürbis	26
Buchweizenbrot mit Hefe	35
Ciabatta	43
Croissants	117
Curry-Linsen-Aufstrich	137
Deftiges Steak-Sandwich	130
Dinkelbaguettes mit Schokotröpfchen	109
Dinkelbrötchen mit Kümmel, Sesam & Roggenschrot	65
Dinkelbrot mit Sonnenblumenkernen	17
Dinkel-Roggen-Brötchen	58
Dinkel-Sauerteig-Brot mit Maronen	27
Dinkel-Vollkornbrot	39

Seite 26



Einfache Ciabattabrötchen	59
Emmer-Vollkornbrot	21
Erdbeerbrot im Glas	118
Erdbeer-Mandel-Zopf	104
Erdnussbutter	139
Feigenbrötchen	56
Finnisches Roggenmischbrot	29
Fougasse mit Oliven und Rosmarin	46
Franzbrötchen	107
Gefüllte Brötchen mit Schinken und Speiglei	147

Seite 54



Gemüse-Linsen-Suppe mit Brotknödeln	148
Gewinkelte Brotsticks mit Olivenöl, Oregano und Meersalz	47
Grieß-Mohn-Brot mit Apfel	105
Hähnchensandwiches mit Avocado-creme und Zwiebelchutney	128
Italienischer Brotsalat	153
Kaffee-Roggenbrot mit Datteln	113
Kakao-Orangen-Brot mit Mandeln	120
Karamellcreme	141
Kartoffelbrötchen	61
Kartoffelbrot mit Käse	94
Käse-Zucchini-Brot mit Kräutern	91
Käse-Zwiebel-Brot mit Kräutern	84



Seite 111

Kaspressknödel	151
Katharinenbrot	16
Kerniges Eiweißbrot mit Leinsamen und Kürbiskernen	99
Kleine Brote mit weißer Schokolade	110
Kleine Kastanienbrote mit Rosinen und Haselnüssen	112
Kleine Sauerkraut-Brote	85
Kräuter-Quark-Brötchen	56
Krustenbrot	25
Liptauer-Aufstrich	136
Luftige Brotwölken	97
Mediterrane Brotschnecke mit Meersalz	26
Mediterrane Brotstangen mit Oliven	44
Mehrkorn-Quark-Brot	38
Milchbrötchen	71
Ofenzupfbrot	89
Olivenpaste mit Mandeln und Estragon	135
Oliven-Tomaten-Brötchen	67
Pastinakenbrot mit getrockneten Tomaten	81
Pikantes Apfel-Käse-Brot mit Walnüssen	90
Pitabrote	45
Quarkbrot mit Samen und Haselnüssen	100
Quinoabrot mit Chiasamen und Sonnenblumenkernen	101
Roggenvollkornbrot	28
Rote Paprika mit Brotfüllung	146
Runde Mischbrote	23
Rustikales Urkornbrot	22
Sandwich mit Thunfischsalat	131
Sauerteig aus Vollkornmehl	19
Sauerteig-Biskuits	69

Sauerteigbrot mit Malzbier & Gewürzen	20
Sauerteig-Roggenbrot mit Grünkohl	82
Schoko-Walnuss-Gebäck	119
Schwäbische Seelen	33
Scones	63
Selbst gemachte Orangen-Brioche	111
Selbst gemachter Mettwurst-Aufstrich	134
Strammer Max mit Speck	133
Südtiroler Schüttelbrote	49
Süße Dattelbutter	139
Süßer Brotauflauf mit Pflaumen	154
Thunfischcreme mit Fenchelgrün	136
Toastbrot	37
Toast mit gebratenen Pfirsichen und Vanille-Mascarpone-Creme	129
Tomatenbrötchen	54
Topfbrot ohne Kneten	41
Topinamburbrote aus dem Tontopf	80
Veggie-Rollen mit Tomatensoße	149
Vinschgauer	57
Vollkorn-Walnussbrötchen	67
Zucchini-Apfel-Brot mit Ahornsirup und Mandeln	108
Zwiebelbrot mit Buchweizen	95
Zwiebel-Käse-Brot mit Walnüssen	83



Seite 84

Vorschau

Wenn die Landfrauenvereine zu ihren Kuchenbasaren einladen, darf geschlemmt werden. Wir haben einige besucht und ihre liebsten Kuchenrezepte erhalten – von fruchtig belegten Blech- über saftige Rührkuchen bis zu verführerischen Torten, mal joghurtleicht, mal sahnig. Bewährte Rezepte von leidenschaftlichen Bäckerinnen!

Unsere Landfrauenkuchen finden Sie ab 10. Mai im Handel



IMPRESSUM

Anschrift der Redaktion: Redaktion LandIdee, Münchener Str. 101/09, 85737 Ismaning
E-Mail: redaktion@landidee-magazin.de
Herausgeberin: Sandra Schönbein
Chefredaktion: Blattgold GmbH
V.i.S.d.P.: Katrin Tempel
Grafik: Gerhard Preuß
Redaktionsleitung: Dagmar Bartosch
Redaktion: Anja Schallennmüller (Vol.), Kristina Specht
Schlussredaktion: Norbert Misch-Kunert
Herstellung: Andreas Hutter
Chefinnen vom Dienst: Roxani Paraskevaïdou, Sabine Geiger
Redaktionsassistentz: Nadine Ashbaugh
Repro: Medienfabrik GmbH, Stuttgart
Druck: Quad Graphics Europe SP. z.o.o 07-200 Wyszaków, Ul. Pultuska 120

Für unverlangt eingesandtes Bild- und Textmaterial wird keine Haftung übernommen. Vervielfältigung, Speicherung und Nachdruck nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages.
Anschrift des Verlages: LandIdee Verlag GmbH, Münchener Straße 101, 85737 Ismaning
Geschäftsführung: Michael Geringer, Sonja Oster
Verlagsbereichsleitung: Barbara Brehm
Anzeigen: Anzeigenleitung LandIdee: Martina Knop-Sydow (V.i.S.d.P.), Media Impact GmbH & Co. KG, Axel-Springer-Platz 1, 20350 Hamburg
martina.knop-sydow@axelspringer.de
 Es gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 9 vom 1.1.2017
Vertrieb/Auslieferung: MVZ, Unterschleißheim
Leserservice: LandIdee Verlag, Redak-

tion Leserbrief, Münchener Str. 101/9, 85737 Ismaning, E-Mail: landidee.leserservice@funke-zeitschriften.de
 Tel.: +49 (0) 89/27 27 0-76 22 (Montag, Dienstag, Donnerstag von 10 bis 15 Uhr)
Abbildungsnachweise: Alamy (77, 123), Birgid Allig (3, 86), Foodcentrale (26, 84, 161), Fotolia (49), Photocuisine (110), Picture alliance (107), Peter Raider (127), Shutterstock (5, 8-11, 18, 25, 37, 49-52, 61, 71, 72, 88, 89, 93, 103, 133, 141, 145, 152, 157, 164), Brigitte Sporrer (162), Stockfood (Titelbild Hauptmotiv, Titel, 3-7, 9, 10, 12-17, 19-31, 33, 35-48, 50, 53, 55-66, 68, 69, 76, 78-83, 86, 90-92, 94-102, 104-106, 108-117, 119, 120, 124-126, 128-132, 134-144, 146-152, 154, 158-161, 164), Teubner Foodfoto (Titel, 4, 32, 34, 54, 70, 85, 118, 160, 164)
 Illustrationen S. 72/73: Anita Voigt aus „Brotbackbuch Nr. 1“, Verlag E. Ulmer

Mehr als nur Genuss



LandIDEE
GESUND ESSEN ist
eine Marke der
FUNKE Mediengruppe

Ein Sonderheft von *LandIDEE*
Jetzt im Zeitschriftenhandel oder online bestellen unter
www.landidee.info/sonderhefte [facebook.com/landidee](https://www.facebook.com/landidee)

Erst kneten, dann genießen – unsere 100 besten Brotrezepte



Kerniges Roggenbrot, luftiges Baguette oder knusprige Laugenstangen – sie alle schmecken noch besser, wenn sie aus dem eigenen Ofen stammen. Mit unseren Rezepten für Sauerteig- und Hefebrote, kleines und süßes Backwerk, aber auch Sandwiches und Zupfbrotten sind Genussmomente garantiert.