

Sommerbrot auch im Winter lecker

Zutaten in der Mehlmischung: Weizenmehl T. 550, Roggenmehl T. 1800, Weizenkeime, Vollkorn-Sauerteig.

Rezept: 1kg Mehlmischung, ca. 600 - 650 ml Wasser, 2 gehäufte TL Vollmeersalz, 40 g frische Hefe oder 20g Trockenhefe (Seitenbacher).

Alle Zutaten müssen Zimmertemperatur haben.

600 - 650 ml lauwarmes Wasser, 40 g frische Hefe oder 20 g Trockenhefe (Seitenbacher) und etwas Zucker oder Honig in die angewärmte Rührschüssel geben verrühren.

Mit Hand oder Küchenmaschine mit der Mehlmischung und dem Salz einen gleichmäßigen geschmeidigen Teig kneten.

An einem warmen Ort zugedeckt solange gehen lassen bis er sich sichtbar vergrößert hat.

Nochmals kurz durchkneten, 1Laib formen und bis zur ausreichenden Volumenzunahme am warmen Ort gehen lassen (ca. 30 Minuten).

Im vorgeheizten Ofen auf unterer Schiene ca. 60 Minuten bei ca. 220° C backen.

Folgende Varianten bieten sich an:

Brötchen:

Hierzu wird der Teig in 24 Teile geteilt. Auf der sauberen nicht bemehlten Arbeitsplatte werden die Brötchen gerollt. Mit der hohlen Hand über dem Teigstück werden gleichmäßig kreisende Bewegungen gemacht, so daß sich ganz von selbst das Brötchen formt. Der Handballen und die Fingerspitzen berühren dabei die Arbeitsfläche. Das fertig gerollte Brötchen ist kreisrund, kugelig und hat eine glatte Oberfläche.

Die gerollten Teiglinge ca. 20 Min. ruhen lassen. 10 Min. vor dem Einschieben in den Backofen werden die Brötchen eingeschnitten. Nehmen Sie ein scharfes Küchenmesser setzen Sie es auf das Brötchen und ziehen Sie es blitzschnell durch. Der Backofen wird auf 230° vorgeheizt. Dann wird heißes Wasser (200 bis 300 ml) in die Fettpfanne des Ofens gegossen und das Blech eingeschoben.

Die Temperatur auf 200° herunterschalten, und die Brötchen 25 Min. backen.

Man kann die Brötchen vor dem Backen mit Wasser bestreichen und mit Mehl bestäuben. Auch mit Sonnenblumenkernen, Sesam, Kümmel, Kürbiskernen oder Mohn bestreut, schmecken sie sehr gut.

Baguettes:

Man kann 4 – 6 Teigrollen daraus formen. Die Teigrollen auf gefettete Bleche legen und weitere 25 Min. gehen lassen. Anschließend die Brote mit einem scharfen Messer je 5 einschneiden. Im vorgeheizten Backofen (ca. 220 °C) auf der 2. Einschubleiste von unten 15 bis 20 Min. backen.

Die Baguettes sofort nach dem Backen mit kaltem Wasser bestreichen.

Fladenbrot mit Tomaten und Oliven:

Zusätzlich: 80g schwarze oder grüne Oliven ohne Stein, 4 getrocknete in Öl eingelegte Tomaten.

Teig wie beschrieben herstellen. Tomaten und Oliven in kleine Stücke schneiden und unterkneten. Teig gehen lassen bis er sich sichtbar vergrößert hat (ca. 30 Min.).

Teig auf die Arbeitsfläche legen und in 4 Teile teilen, nicht kneten.

Jedes Teigviertel auf ein Stück Backpapier (ca. 20 cm x 40 cm) legen und mit der Hand zu einem Fladen formen.

Fladen zugedeckt ca. 60 Min. gehen lassen.

Den Backofen auf ca. 220 °C (Heißluft 200°C) vorheizen, ein Backblech etwa 5 Min. in den vorgeheizten

Backofen schieben, das heiße Backblech auf ein Kuchenrost legen und 2 Fladen mit dem Backpapier darauf legen.

Die Fladen vorsichtig mit Wasser bestreichen und mit etwas Mehl bestäuben.

Das Backblech in den Backofen schieben und bei 220°C (Heißluft 200°C) backen.

Verbliebene Teigfladen bis zum Backen zugedeckt lassen, dann ebenfalls auf ein heißes Backblech legen.

(Bei Heißluft 2 Backbleche aufheizen, je 2 Teigfladen darauf legen, die Backbleche zusammen in den Backofen schieben).