



BROTREZEPTE



OPA HUGO BROT DINKEL-EMMER-ROGGEN MISCHBROT

Dinkel und Roggenmehle passen sehr gut zusammen. Die Nachteile des einen werden durch die Vorteile des anderen ausgeglichen. Dinkel bindet wenig Wasser, hat aber relativ viel Gluten – Roggen hat kaum Gluten, kann aber viel Wasser binden. Dabei helfen ihm seine Schleimstoffe (Pentosane), die die Feuchtigkeit im Brot halten. Unterstützt durch das Emmermehl, bringt vor allem die lange Gare den Geschmack dieses Brot.

ZUBEREITUNG

Mehl sieben, Körner, Salz und Brotgewürz dazugeben. Wasser in eine ausreichend große Rührschüssel geben

und die Hefe mit dem Honig darin auflösen.

Alle Zutaten zu einem geschmeidigen Teig kneten.

Von Hand: Zutaten erst in der Schüssel verkneten, bis kein loses Mehl mehr erkennbar ist. Dann Arbeitsfläche mit Mehl

bestäuben, Teig aus der Schüssel dazugeben und

ca. 6-8 min. weiter kneten. Der Teig sollte sich von der Arbeitsplatte lösen, ohne zu verkleben. Ggf. immer wieder etwas Mehl auf die Arbeitsfläche geben.

Achtung, der Teig darf am Schluss nicht zu trocken werden.

TIPP: ZUM ABDECKEN DER TEIGE WÄHREND DER TEIGRUHE EIGNEN SICH SEHR GUT AUSREICHEND GROBE DUSCHHAUBEN

ZUTATEN für 3 Brote

800 g	Dinkelmehl 1050
400 g	Dinkelmehl 630
300 g	Emmer Vollkornmehl
300 g	Roggenmehl 1370
1260 g	Wasser (sehr kalt)
200 g	Körner nach beliebten (Leinsamen, Sonnenblumenkerne ...)
36 g	Salz
4 TL	Brotgewürz
10-15 g	Hefe
2 TL	Honig

Zubereitungszeiten

Zubereitung: ca. 30 min

Ruhezeit: ca. 18-20 Std.

Backzeit: ca. 50 min

Mit der Teigknetmaschine: Zutaten mit dem Knethaken der Teigknetmaschine ca. 3min. auf niedriger Stufe und ca. 3,5 min. auf Stufe 2 kneten.

Teig wieder in die Schüssel geben bzw. in der Schüssel der Teigknetmaschine belassen, so abdecken, dass der Teigling nicht austrocknen kann und für ca. 18 Stunden kühl stellen und gehen lassen.

Opa Hugo Brot

Nach der Gehzeit den Teig aus der Schüssel auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, in drei gleich große Teile teilen, diese kurz durchkneten und für die Stückgare mit dem Schluss nach unten in Gärkörbchen oder Brotbackformen geben. Diese mit einem Handtuch oder Bäckerleinen abdecken und ca. 1 Std. ruhen lassen.

Backofen auf 250 grad. vorheizen. Teiglinge, auch die in der Backform nach der Ruhezeit mit Wasser besprühen.

Eine feuerfeste Schale mit Wasser in den Backofen stellen und das Brot einschießen.

Mit einer Sprühflasche kurz schwaden und 10 min backen, dann durch kurzes Öffnen der

Backofentür den Schwad entlassen und Temperatur auf ca. 190 grad. reduzieren.

Frei geschobenes Brot dann ca. 35-40 min. fertig backen.

Brote in Backformen etwa 40-45 min. fertig backen.

Wenn das Brot fertig gebacken ist, auf einem Küchengitter auskühlen lassen.

**TIPP: EIN BROT IST FERTIG,
WENN ES BEIM KLOPFEN AUF DIE
RÜCKSEITE HOHL KLINGT.**