



ulmer

Lutz Geißler
Björn Hollensteiner

BROTBACKBUCH

Nr. 2



Alltagsrezepte und Tipps
für naturbelassenes Brot

*Für Lotte, Emil & Willi.
Für Bahar.*



Lutz Geißler
Björn Hollensteiner

BROTBACKBUCH

Nr. 2

Alltagsrezepte und Tipps
für naturbelassenes Brot

Inhalt

7 VORWORT

Einführung

- 11 GUTES BROT
- 11 Unser täglich Brot
- 12 Wie kommt die Zeit ins Brot?
- 12 Was verstehen wir unter gutem Brot?
- 12 Was sind „Alltagsbrote“?
- 13 Zum Aufbau des Buches
- 14 TIPPS FÜR DEN START
- 14 Rezeptvarianten
- 14 Zahlenangaben
- 15 Zutaten
- 15 Sauerteig
- 15 Wassermenge
- 16 Kneten
- 16 Teig verarbeiten
- 16 Temperaturen und Zeiten
- 17 Einschneiden
- 17 Backen
- 17 Schwaden
- 19 GLOSSAR
- 22 SCHNITT- UND DRÜCKTECHNIKEN

Rezepte

- 28 WEIZEN
 - 30 Verarbeitung
 - 30 Was geschieht im Teig?
 - 30 Konventionell oder Bio?
 - 33 Weizenbrot (freigeschoben)
 - 39 Weizenkastenbrot (Stuten)
 - 45 Weizenschrotbrot
 - 51 Weizenvollkornbrot
 - 57 Weizenmischbrot
 - 63 Weizenbrötchen
 - 69 Weizenmischbrötchen
 - 75 Weizenfeinbrötchen (Rosinenbrötchen)
 - 81 Weizenfeinbrot (Rosinenbrot)
 - 86 DINKEL
 - 88 Verarbeitung
 - 89 Welche Dinkelsorte?
 - 89 Konventionell oder Bio?
 - 91 Dinkelbrot (freigeschoben)
 - 97 Dinkelkastenbrot
-

Grundlagen

- 103 Dinkelschrotbrot
 - 109 Dinkelvollkornbrot
 - 115 Dinkelmischbrot
 - 121 Dinkelbrötchen
 - 127 Dinkelmischbrötchen
 - 133 Dinkelfeinbrötchen (Pinzen)
 - 139 Dinkelfeinbrot (Butterstuten)

 - 144 ROGGEN
 - 146 Verarbeitung
 - 146 Was passiert im Teig?
 - 146 Konventionell oder Bio?
 - 147 Roggen und Sauerteig
 - 149 Roggenbrot (freigeschoben)
 - 155 Roggenkastenbrot
 - 161 Roggenschrotbrot
 - 167 Roggenvollkornbrot
 - 173 Roggenmischbrot
 - 179 Roggenbrötchen
 - 185 Roggenmischbrötchen

 - 193 DER WEG ZUM EIGENEN BROT
 - 194 Zubehör
 - 200 Zutaten
 - 208 Vorstufen
 - 214 Kneten
 - 221 Teigbearbeitung
 - 232 Die Gare
 - 236 Backen
 - 242 Brot und Gesundheit
 - 244 Rezepte anpassen
 - 250 Lagerung von Brot und Kleingebäck
 - 252 Brotfehler

 - 256 SERVICE

 - 260 SCHNELL NACHGESCHLAGEN
-



Vorwort

Brot ist in aller Munde, auch noch Jahrtausende nach Beginn seiner Herstellung. Richtig gute Bäcker sind heute aber rar gesät und die Zeit zum Selbstbacken scheint im Arbeits- und Familienalltag zu fehlen. Die Versuchung ist groß, ein schnelles Brot zu backen, mit viel Hefe oder gar mit Backpulver. Doch die anschließende Ernüchterung wird genauso groß sein wie die Versuchung zuvor. Denn ein gutes Brot braucht Zeit und naturbelassene Zutaten.

Uns ist es ein Anliegen, Ihnen mit diesem Brotbackbuch Wege zu gutem selbst gebackenen Brot aufzuzeigen, die auch im alltäglichen Trubel beschritten werden können. Wir sind beide mehr als acht Stunden am Tag berufstätig, haben beide eine große Familie und schaffen es dennoch, gutes Brot zu backen. Wie das funktioniert, vermitteln wir Ihnen mit vielen praktischen Tipps, Hintergrundwissen und 100 erprobten Rezepten auf den folgenden Seiten. Wir sind froh, inzwischen schon mehrere Auflagen dieses Buches begleitet haben zu dürfen.

Übrigens: Alles, was den Rahmen dieses Buches sprengen würde, finden Sie neben weiteren Rezepten im Brotbackbuch Nr. 1 (z. B. tiefer gehendes Wissen über Zutaten, Vorteige, Sauerteige, biochemische Abläufe im Teig, über Details zu Knet- und Formtechniken, Hintergründe zu bestimmten Fachbegriffen und Berechnungsmethoden, Rezeptplanung). Beide Bücher ergänzen sich bestens.

Zuvor sei all jenen gedankt, die uns geholfen haben, dieses Buch zu verwirklichen. An erster Stelle stehen da unsere Familien.

Unseren Kindern Lotte, Emil, Shadi, Shirin und Sheila werden wir den langen Verzicht auf Papa Lutz und Papa Björn kaum mit Broten wiedergutmachen können. Vielleicht haben wir noch eine Chance mit Laugenbrezeln und Milchbrötchen? Auch Willi bekommt etwas ab, obwohl bei der ersten Auflage an ihn noch nicht zu denken war.

Ganz ausdrücklich danken möchten wir auch unserem Verlag, der mit diesem Buch ein zweites Mal viel Mut zum Risiko bewiesen hat. Ebenso ist es uns eine Freude gewesen, wieder mit Miriam zusammenzuarbeiten, die unser Buch trotz seiner inhaltlichen Fülle so übersichtlich und angenehm gestaltet hat.

Und zu guter Letzt danken wir Ihnen. Sie haben sich ein Herz gefasst und unser Buch gekauft. Sie möchten gutes Brot backen.

Hierbei helfen wir Ihnen auch außerhalb dieses Buches gern. Wenn Sie Fragen zum Brotbacken haben, dann besuchen Sie uns auf unseren Brotblogs www.plotzblog.de und <http://brotdoc.com> oder auf www.brotbackbuch.de, der Website zum Buch. Dort gibt es ergänzendes Material, Videoanleitungen und ein kleines Forum, in dem Sie Ihre Fragen zum Buch stellen können.

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg und allzeit gutes Brot!



LUTZ GEISSLER



BJÖRN HOLLENSTEINER



Einführung



Gutes Brot

Unser täglich Brot

Das tägliche Brot ist schon lange nicht mehr so alltäglich, wie uns die Redewendung Glauben macht. Das typische Abendbrot kommt seit Jahren aus der Mode und zum Frühstück werden Snacks beim Backshop oder Bäcker um die Ecke auf den Arbeitsweg mitgenommen. Die Beschleunigung unseres Alltags bringt viele Menschen dazu, auf traditionelle und entschleunigende Familienrituale wie das gemeinsame Frühstück oder das gemeinsame Abendessen zu verzichten. Und dennoch oder gerade deswegen trauern viele Menschen ihren Erinnerungen an das Brot aus Kindertagen nach.

Ein Brot, das irgendwie eigen war, mit einem charakteristischen Geschmack, so wie ein guter Wein oder ein gutes Stück Käse. Ein Brot, das zwar frisch gebacken Glücksgefühle ausgelöst hat, aber auch nach drei, vier oder fünf Tagen noch ein Hochgenuss war, ja manchmal sogar viel besser geschmeckt hat.

Unsere Alltagsbrote, so unscheinbar sie heute sind, hatten vor wenigen Jahrzehnten noch den Status eines echten *Lebensmittels*. Das machte ein Brot wertvoll. Es wurde im eigentlichen Wortsinne *wertgeschätzt*.

Die Wertschätzung guter Brotqualität wiederum war es, die es dem Bäcker ermöglichte, neben naturbelassenen Rohstoffen die wichtigste Zutat üppig in den Teig zu mischen: *Die Zeit*. Ohne Zeit kann aus den besten Ausgangsstoffen kein gutes und bekömmliches Brot gelingen. Der Faktor Zeit schlägt sich dabei nicht nur als physikalische Größe oder in Form ständiger Veränderungen am Teig nieder, sondern hat ganz praktische Einflüsse bei der Wahl der Zutatenmengen und Verarbeitungsmethoden.

Seit Anfang bis Mitte des 20. Jahrhunderts ist jedoch bei der Brotherstellung ein fortschreitender Industrialisierungsprozess zu beobachten, der vor allem in den letzten 20 Jahren zum Aussterben vieler kleiner Bäckereien geführt hat und noch immer führt. In manchen europäischen Ländern wird Brot heute fast ausschließlich industriell produziert und in Supermärkten verkauft. Diese Entwicklung ist auch in Deutschland angekommen, auch wenn Werbefachleute und Designer in den Supermärkten den Kunden „frisch gebackene Brote“ vorgaukeln und sich manche Bäcker auf der deutschen Brottradition ausruhen.

Möglich ist das nur durch eine Abkehr von all jenen Tugenden, die den Bäckerberuf einst auszeichneten: Die Fähigkeit, sich an die Bedingungen, welche die Rohstoffe vorgaben, individuell anpassen zu können und so stets hervorragende Ergebnisse zu erzielen. Heute muss sich der Rohstoff den Bedürfnissen der immer gleichen normierten Herstellung anpassen und es wird mithilfe der lebensmittelchemischen Industrie nachgeholfen, um maschinelle Teigbearbeitung, lange Tiefkühlagerung, Aufbacken ohne optische Mängel und lange Frischhaltung im Regal zu ermöglichen.

Dass es auch heute noch anders und mit großem handwerklichen Wissen und Können geht, beweisen viele kleine und selbst einige große Bäckereien, die sich einer wachsenden Anzahl „mündiger Verbraucher“ gegenübersehen. Verbraucher, die ihre Backwaren sehr bewusst auswählen und genießen. Denn letztlich entscheiden Sie mit jedem Brötchen- oder Brotkauf, mit jeder Mehlbestellung für das Selbstbacken und mit jeder kritischen Nachfrage nicht nur über die Zukunft des traditionellen Bäckerhandwerks, sondern auch über die Ausrichtung der Müllerei, der Landwirt-

schaft und der Saatgutzüchtung, bei denen die eben beschriebene dramatische Entwicklung nicht minder akut ist.

Wie kommt die Zeit ins Brot?

Obwohl der Zeit die zentrale Rolle in gutem Brot zukommt, wäre es zu kurz gegriffen, den Teig nur lange stehen zu lassen. Eine lange Teigruhe ist dennoch von großer Bedeutung. Sie ermöglicht es dem Teig, Geschmacks- und Aromastoffe zu entwickeln und seine Inhaltsstoffe gut miteinander zu verquellen.

Zeit gelangt auch ins Brot, wenn bestimmte Verarbeitungsschritte der Teigbereitung vorgelagert werden. In sogenannten Vorstufen werden Getreideerzeugnisse (meist Mehl) und Wasser, manchmal auch noch Triebmittel und Salz, miteinander vermischt und wenige Stunden bis hin zu Tagen sich selbst überlassen. In dieser Zeit laufen physikalische und biochemische Prozesse ab, die dem Brot zu einem individuellen Geschmack, zu einer saftigen Krume, einer röschen Kruste und langer Frischhaltung verhelfen. Erst danach wird der eigentliche Brotteig bereitet.

Was verstehen wir unter gutem Brot?

Gutes Brot soll vor allem eines: schmecken. Da jeder Mensch ein sehr eigenes Geschmacksempfinden hat, ist die Definition von gutem Brot auf diesem Wege schwierig. Grenzen wir die Aussage also weiter ein: Ein gutes Brot sollte eine ihm eigene Geschmackscharakteristik haben. Es sollte nicht nach Hefe, künstlichen Triebmitteln oder zugesetzten Geschmacksstoffen schmecken, sondern aus sich heraus. Sein Geschmack ist das Ergebnis sinnig ausgewählter Rohstoffe und Verarbeitungsmethoden. Dazu zählen für uns:

- naturbelassene Zutaten (aus möglichst regionaler Herstellung und in Bioqualität)
- Ausschluss von technischen Enzymen sowie künstlich hergestellten Zusatz- und Hilfsstoffen jeglicher Art
- Arbeit mit Vorstufen und/oder langer Teigruhe und deshalb mit einem Minimum an Backhefe

Alle weiteren denkbaren Broteigenschaften hängen sehr vom jeweiligen Rezept, den eigenen Vorlieben und Ansprüchen ab.

Was sind „Alltagsbrote“?

In Deutschland wird mit so vielen Getreidesorten gebacken wie in kaum einem anderen Land der Welt. Die Brotvielfalt in Deutschland ist groß, obwohl sie von Tag zu Tag mit jeder schließenden Bäckerei kleiner wird. Jeder Bäcker hat für seine Region typische Standardbrote im Sortiment, sei es das Kasseler, das Paderborner, das Kastenweißbrot oder das gestippte und glänzende länglich-ovale Roggenmischbrot, wie es in Ostdeutschland verbreitet ist.

Für unsere Rezepte haben wir versucht, über regionale Grenzen hinweg zu denken und die Brotvielfalt auf einige Grundrezepturen herunterzubrechen. „Alltagsbrote“ sind für uns dabei einerseits Brote, die sich großer Beliebtheit erfreuen, andererseits aber auch Brote, die ohne besondere Zutaten wie Körner, Saaten, Oliven, Käse oder dergleichen auskommen. Es sind Basisrezepte, die beliebig erweitert werden können. Einige Anregungen dafür geben wir Ihnen in den Rezepten mit auf den Weg.

„Alltagsbrote“ können aber auch etwas anderes sein. Brote nämlich, die sich im Arbeits- und Familienalltag zu Hause backen lassen. Brote, deren Zubereitung so an die zur Verfügung stehende Zeit angepasst ist, dass niemand nachts um drei Uhr aufstehen oder bis Mitternacht wach bleiben muss, um ein gutes Brot zu backen. Im Buch geben wir Ihnen neben den Rezeptvarianten etliche Hinweise, wie Sie Rezepturen an Ihr zeitliches Budget anpassen können (siehe Seite 244).

Uns hat es in den Fingern gejackt, die Rezepturen mit kleinen Raffinessen zu erweitern, die oftmals noch ein etwas schmackhafteres, saftigeres oder schöneres Brot oder Brötchen ergeben hätten. Das aber hätte den Rahmen, die Übersicht und Einfachheit der Rezepte gesprengt. Wir haben uns deshalb dafür entschieden, in kleinen Tipps am Rande der Rezepte zu notieren, wie Sie mit ein wenig mehr Arbeit ein noch besseres Gebäck bereiten können.

Zum Aufbau des Buches

Das Buch ist in einen Grundlagenteil und einen Rezeptteil untergliedert. Der Grundlagenteil soll die wichtigsten praktischen Voraussetzungen vermitteln, die zum Backen der hier abgedruckten Rezepte nötig sind, aber keine allgemeinen oder tiefer gehenden Prozesse und Techniken erklären. Wenn Sie an einer umfassenden Übersicht zum Brotbacken mit vielen theoretischen und praktischen Grundlagen interessiert sind, legen wir Ihnen „Das Brotbackbuch Nr. 1“ von Lutz Geißler ans Herz, das ebenfalls im Ulmer Verlag erschienen ist.

Den Rezeptteil haben wir in die drei Hauptgetreide Weizen, Dinkel und Roggen untergliedert. In jedem Kapitel erklären wir die jeweiligen Besonderheiten der Getreide, ihrer Mehle und deren Backeigenschaften.

Die Rezepte selbst sind innerhalb der Getreidekapitel ähnlich aufgebaut. Wir haben jeweils Grundrezepte entwickelt für:

- Brote und Brötchen aus 100 % des jeweiligen Hauptgetreides (freigeschoben und als Kastenbrot)
- Vollkorn- und Schrotbrote
- Mischbrote und Mischbrötchen
- Feingebäck in Brot- und Brötchenform (außer Roggen)

Für jedes der zumeist hefebasierten Grundrezepte haben wir weitere Varianten entwickelt:

- „no knead“-Brot (keine Knetmaschine erforderlich)
- reines Sauerteigbrot (ohne Backhefe)
- Brot mit Übernachtgare (Teig steht ca. 8–12 Stunden im Kühlschrank)

So wird es möglich, die Grundrezepte den eigenen Voraussetzungen und dem eigenen zeitlichen Rahmen anzupassen. Außerdem können Sie so mit verschiedenen Teigführungen ein und desselben Grundrezeptes experimentieren und dadurch die visuellen und geschmacklichen Auswirkungen nachvollziehen.

Die Rezepte sind aufgrund der Vielfalt und der oftmals gleichen Arbeitsschritte kurz und prägnant gehalten, auch um die Übersichtlichkeit zu wahren. Mit den Hinweisen im Grundlagenteil und in den Einführungen der Getreidekapitel lesen Sie sich aber schnell in die Rezeptstruktur ein.

Außerdem haben wir zugunsten der Einfachheit auf ästhetische Raffinessen verzichtet. Dazu gehören vor allem glänzende Krusten. Die hier vorgestellten Brote und Brötchen haben deshalb einen eher rustikalen Charakter mit bemehlter Kruste.

Tipps für den Start

Teige unterliegen so vielen verschiedenen Parametern, dass es im Prinzip unmöglich ist, all diese Parameter in einer Rezeptur festzuhalten oder sie zu Hause umzusetzen.

Verstehen Sie unsere Rezepte deshalb als Wegweiser, nicht aber als Gesetz. Achten Sie auf den Teig, merken oder notieren Sie sich Beobachtungen und Temperaturen, um abschätzen zu können, was richtig und was falsch lief. Sammeln Sie Erfahrungen. Nicht jedes Rezept wird bei Ihnen auf Anhieb so funktionieren, wie Sie es sich vorgestellt hatten. Das gehört dazu und macht das Brotbacken so spannend. Lernen Sie daraus, gern auch mit unserer Hilfe unter www.brotbackbuch.de.

Sie können alle Rezepte backen, ohne den Grundlagenteil des Buches gelesen zu haben. Die wichtigsten Tipps sind an dieser Stelle niedergeschrieben. Verwendete Begriffe sind ab Seite 19 erklärt. Nützliches Zubehör finden Sie ab Seite 194.

Rezeptvarianten

Je Gebäcksorte gibt es vier verschiedene Rezeptvarianten. Die Basisrezeptur enthält eine ausführliche Beschreibung der Arbeitsschritte. Für die übrigen drei Varianten werden lediglich Unterschiede zum Basisrezept erklärt. Eine dreigeteilte Tabelle gibt grundlegende Teigeigenschaften, die Zutatenmengen und eine Kurzanleitung wieder. Die Tabelle ist besonders hilfreich, wenn Sie ein Rezept öfter backen und sich nicht jedes Mal durch den ausführlichen Rezepttext arbeiten möchten.

Jede Rezeptvariante enthält ein Foto vom angeschnittenen Brot oder Brötchen, außerdem Fotos der Vorstufen sowie der Teige und Teiglinge in den jeweiligen Garzuständen.

UNSER TIPP

Lesen Sie sich vor dem ersten Backen das Rezept vollständig durch. Häufig sind bestimmte Vorbereitungen nötig, die sonst schnell übersehen werden.

Das Gebäckvolumen ist abhängig von der Rezeptvariante. Mit dem Basisrezept gelingt Ihnen das größte Brot oder Brötchen, gefolgt vom „no knead“-Rezept, Übernacht-Rezept und Sauerteigrezept. Geschmacklich hat jede Variante ihren eigenen Charakter.

Zahlenangaben

Die in den Rezepttabellen aufgeführten Zahlenangaben sind immer gerundet, um die Übersichtlichkeit zu wahren. Es kann deshalb vorkommen, dass angegebene Summen oder Kennwerte von den direkt aus den Rezeptangaben berechneten Werten abweichen. Auch Zutatenmengen sind gerundet. Möchten Sie exakte Mengenangaben verwenden oder ein Rezept mengenmäßig verändern, helfen

Ihnen die relativen Angaben (Bäckerprozentage). Über sie sind die Rezepturen berechnet worden. Die Prozente beziehen sich immer auf die Gesamtmenge der Getreideerzeugnisse. Alle Mehle, Schrote oder Körner ergeben zusammen 100 %.

Zutaten

Alle Zutaten werden mit einer Waage abgewogen. Schon kleine Veränderungen bei den Mengen können große Auswirkungen auf das Ergebnis haben. Dabei gilt: Je kleiner die Menge, umso genauer muss sie abgewogen werden (insbesondere bei Hefe und Salz).

Für Mengen kleiner als 3–5 g lohnt sich die Anschaffung einer Feinwaage (bis 0,01 g genau) oder einer Löffelwaage (bis 0,1 g genau).

UNSER TIPP

Wenn Sie erst einmal ins Brotbacken reinschnuppern möchten, können Sie kleine Mengen auch abschätzen. 0,1 g Frischhefe entsprechen etwa der Größe eines Reiskorns.

Zutaten, die in Klammern aufgeführt sind, sind nicht zwingend notwendig (meistens Malz). Sie verbessern die Gebäckeeigenschaften, können aber mit kleinen Abstrichen auch weggelassen werden.

Häufig wird Butter in die Rezepturen einbezogen. Sie können die Butter auch durch Margarine oder Öl ersetzen. Am besten eignet sich Rapsöl. Bei Verwendung von Öl sollten Sie die Wassermenge im Teig um die Ölmenge reduzieren.

Sauerteig

Das in den Rezepten verwendete Anstellgut für die Sauerteige hat immer eine Teigausbeute von 200. Mehl und Wasser sind darin also zu gleichen Teilen vertreten (weiche Konsistenz). Die Art des

Anstellgutes (Roggen, Weizen, Dinkel) entspricht immer der im Sauerteig verwendeten Getreidesorte.

Im Normalfall wird erst das Anstellgut im Wasser aufgelöst und dann das Mehl untergerührt. So ist eine gleichmäßige Verteilung der Mikroorganismen sichergestellt. Wenn jedoch sehr warmes Wasser (> 35 °C) für den Sauerteig benötigt wird, sollten Sie zunächst Wasser und Mehl grob vermengen und erst dann das Anstellgut zugeben. So kommen die Mikroorganismen nicht in Kontakt mit dem heißen Wasser und werden dadurch nicht abgetötet.

Wassermenge

Um die Teigkonsistenz abschätzen zu können, ist in den Rezepten die Teigausbeute (TA) angegeben. Sie ist ein Maß für den Wasseranteil im Teig (Seite 21). Steht die Teigausbeute in Klammern, handelt es sich um eine theoretische Angabe. Aus ihr lässt sich die Teigkonsistenz nicht genau ableiten, weil im Teig gebundenes Wasser (z. B. Kochstück) enthalten ist.

Die Teige in unseren Rezepten sind durchweg relativ fest gehalten und damit für Anfänger geeignet. Wenn Sie bereits etwas Erfahrung mit weicheren Teigen haben, können Sie 1–5 % mehr Wasser zugeben. Das Ergebnis ist eine schönere Porung, eine saftigere Krume und eine längere Frischhaltung.

UNSER TIPP

Geben Sie bei unbekanntenen Rezepten mindestens 5–15 % weniger Wasser in den Teig. Je nach Mehlqualität und Mehltemperatur kann er weniger Wasser aufnehmen. Erscheint der Teig dann zu fest, geben Sie beim Kneten nach und nach Wasser zu, bis er die gewünschte Konsistenz hat.

Kneten

Geben Sie immer erst die flüssigen oder weichen Zutaten und danach die trockenen Zutaten in die Kneteschüssel. Das verhindert am Boden klebende Reste, die der Knethaken nicht fassen kann.

Achten Sie darauf, dass die Hefe, Vorteige und auch Sauerteige nicht direkt mit Salz oder heißem Wasser (über 40 °C) in Berührung kommen. Dadurch würden die Mikroorganismen abgetötet.

Die angegebenen Knetzeiten sind Richtwerte, die Sie an Ihre eigene Knetmaschine anpassen sollten. Dazu beobachten Sie den Teig, vergleichen seine Konsistenz mit den Teigfotos und den Beschreibungen im Buch. Gleiches gilt, wenn Sie von Hand kneten möchten. In der Regel verdoppeln bis verdreifachen sich die Knetzeiten bei Handknetung.

Maschinell kneten Sie stets nur mit den ersten beiden Geschwindigkeitsstufen Ihres Gerätes (niedrigste Stufe und zweite Stufe).

Erscheint Ihnen der Teig zu weich, darf keinesfalls Mehl hineingearbeitet werden. Das würde sämtliche Zutatenverhältnisse verändern und damit die Reifezeiten und den Geschmack. Ist der Teig tatsächlich einmal zu weich, können Sie ihn entweder in einer Kastenform backen oder Röstbrot (Semmelbrösel) zugeben.

UNSER TIPP

Kosten Sie den Teig kurz vor Ende der Knetphase. So merken Sie, ob Sie das Salz vergessen haben. Später gibt es keine Möglichkeit mehr, vergessene Zutaten in den Teig einzuarbeiten.

Teig verarbeiten

Während der 1. Teigruhe wird der Teig häufig durch Dehnen und Falten oder durch Ausstoßen bearbeitet, um die Teigstruktur zu straffen und den mikrobiellen Stoffwechsel anzuregen. Anleitungen dazu finden Sie ab Seite 217.

Die wichtigsten Techniken, um einen Teig in Form zu bringen, sind ab Seite 221 beschrieben.

Grundsätzlich muss er entweder rund oder länglich geformt werden. Wie Sie zu diesem Ergebnis kommen, ist letztlich egal, solange der Teigling gleichmäßig straff und auf einer Seite glatt ist.

UNSER TIPP

Bei weichen Teiglingen, die über Nacht kalt gehen sollen, können Sie zum Bemehlen des Gärkorbes eine Mischung (1:1) aus Reismehl und Roggenmehl verwenden. So klebt der Teigling nicht am Gärkorb an.

Temperaturen und Zeiten

Die Rezepte sind mit relativ exakten Temperatur- und Zeitangaben ausgestattet. Diese Angaben sind nicht verpflichtend, sondern eine von vielen Möglichkeiten. Wenn Sie davon abweichen, verändern sich die Reifezeiten. Je kälter der Teig ist und reift, umso länger muss er ruhen.

Sie können die Temperaturen auch grob abschätzen. Meistens stimmen die Temperaturen erstaunlich gut mit den gemessenen überein. Viel wichtiger ist, dass Sie den Teig beobachten und je nach seinem Reifezustand den nächsten Zubereitungsschritt beginnen.

Die Fotografien der Garzustände helfen Ihnen dabei, den richtigen Zeitpunkt für die Weiterverarbeitung und das Backen zu erkennen.

UNSER TIPP

Als Faustregel gilt: Während der Stockgare sollte sich der Teig maximal verdoppeln. Während der Stückgare sollte er sich um mindestens die Hälfte vergrößern und höchstens verdoppeln.

Für die kalte Gare von Brotteiglingen ist es hilfreich, den Kühlschrank etwa eine Stunde bevor der Teigling hineingeschoben wird, auf 0–3 °C herunterzuregeln (anschließend wieder zurückstellen). Das verringert die Gefahr des zu schnellen Reifens, weil jeder Kühlschrank nach dem Hineinstellen des warmen Teiglings eine Zeit lang braucht, um wieder die nötigen 5 °C zu erreichen.

Die Zeiten und/oder Temperaturen der Übernachtgare sollten Sie unbedingt an Ihren Kühlschrank anpassen. Je nach Technologie und Leistung des Kühlschranks können hier große Unterschiede bestehen. Prüfen Sie auch die reale Temperatur des Kühlschranks mit einem externen Thermometer.

Die Zutaten sollten, wenn nicht anders angegeben, zimmerwarm sein (20–22 °C).

Die Backzeiten sind meist für Backtemperaturen in 5-°C-Schritten angegeben. Sollten Sie Ihren Backofen nur in 10 °C-Schritten einstellen können, gehen Sie bei gleicher Backzeit im Zweifel besser 5 °C höher als im Rezept beschrieben ist.

In der Rezepttabelle finden Sie Angaben zur Zubereitungszeit. In die Vorbereitungszeit fallen alle Arbeitsschritte, die vor dem Kneten des Hauptteiges ablaufen. Die Zubereitungszeit am Backtag umfasst alle Tätigkeiten, die an dem Tag ausgeführt werden, an dem auch das Brot gebacken wird.

Die in Klammern angegebenen Zeiten sind dabei die effektiven Arbeitszeiten, also die Zeit, die Sie tatsächlich in der Küche am Teig sein müssen. Die übrige Zeit verbringt der Teig allein.

Einschneiden

Die meisten Gebäcke werden vor dem Backen eingeschnitten. Jedes Rezept ist mit einer Zeichnung ausgestattet, die zeigt, wie die Schnitte auf dem Teigling gesetzt werden sollten. Sie können die Teiglinge natürlich auch anders einschneiden. Auf Seite 237 werden Tipps zum Einschneiden gegeben. Ab Seite 22 sind eingeschnittene Teiglinge exemplarisch abgebildet.

Backen

Sie sollten generell auf einem 45–60 Minuten lang vorgeheizten Backstein (Seite 236) oder zumindest auf einem möglichst massiven vorgeheizten Backblech oder Backstahl backen.

Für das Backen wird der gegangene Teigling auf einen bemehlten, mit Schrot oder Grieß bestreu-

ten oder mit Backpapier ausgelegten Einschießer gesetzt. Das kann neben der professionellen Variante auch ein dünnes Holzbrett, ein flaches Blech oder etwas Vergleichbares sein. Der Einschießer wird in den Ofen geschoben und anschließend schnell herausgezogen, sodass der Teigling durch die Trägheitskraft im Ofen bleibt.

Genauso gut können Sie den Teigling direkt auf den Backstein setzen, wenngleich hier die Verbrennungsgefahr größer ist, mehr Zeit und damit Wärme im Ofen verloren geht.

Die Backzeit bei Kastenbroten ist für Edelstahlformen angegeben. Verwenden Sie Kastenformen aus dunklem Blech, kann sich die Backzeit verkürzen. Auch Kastenformen sollten auf einem Backstein oder Backstahl backen.

Schwaden

Dampf (Schwaden) ist eines der wichtigsten Werkzeuge, um den Ofentrieb zu unterstützen. Die in den Rezepten angegebenen Schwadenzeiten beziehen sich auf die ab Seite 238 erklärte Schraubenmethode. Nutzen Sie andere Methoden, bei denen weniger Dampf entsteht, sollte meist länger beschwadet werden (ca. 8–15 Minuten).



Glossar

Alle wichtigen Fachbegriffe und Abkürzungen, die im Buch verwendet werden.

ABSTREICHEN/ABGLÄNZEN

Das Bestreichen oder Einsprühen von Teiglingen mit Wasser oder Emulsionen wie Glanzstreiche und Eistreiche.

ASG/ANSTELLGUT/STARTER

Gelagerter triebfähiger Sauerteig, der zum Ansetzen eines neuen Brotsauerteiges verwendet wird.

ANBACKTEMPERATUR

Temperatur, auf die der Ofen hinreichend lange aufgeheizt wurde, bevor das Brot eingeschossen wird. Die Anbacktemperatur wird nach 5–10 Minuten auf die Ausbacktemperatur reduziert.

AUSBACKTEMPERATUR

Temperatur, bei der das Brot nach der Anbackphase fertig bäckt.

AUSBUND

Kontrolliert oder zufällig aufgerissener Teil der Brotkruste während des Ofentriebes.

AUSMAHLUNGSGRAD

Prozentuale Größe, die angibt, wie viel Schalenanteile des Getreidekorns noch im Mehl vorhanden sind. Ein hoher Ausmahlungsgrad bedeutet, dass viele Randschichten des Korns und somit mehr Mineral- und Ballaststoffe enthalten sind.

AUTOLYSE

Prozess, bei dem glutenhaltiges Mehl und Wasser über mindestens 20–60 Minuten verquellen (Nullteig). Die Autolyse verbessert die Teigeigenschaften und verkürzt die Knetzeit.

BACKMALZ

Natürliches Backmittel, das aus gekeimtem und getrocknetem Getreide (z. B. Weizen, Gerste oder Roggen) hergestellt wird. Stellt im Teig Malzzucker und in seiner aktiven Form auch Enzyme zur Verfügung, die die Gärvorgänge beschleunigen, eine schönere Krustenfarbe bewirken und dem Gebäck malzigen Geschmack verleihen.

BACKVERLUST

In Gramm oder Prozent angegebener Gewichtsverlust eines Gebäcks während des Backens, der durch das Verdampfen von Feuchtigkeit aus dem Teigling entsteht. Beträgt zwischen 10 und 20 % der Teiginlage.

BIGA

Ein fester Vorteig, der aus 100 % Mehl, 50–60 % Wasser und 1 % Hefe hergestellt wird. Die Teigreife findet über 14–18 Stunden bei 14–18 °C statt.

DEHNEN UND FALTEN/AUFZIEHEN

Bearbeitungsvorgang während der Stockgare zum Straffen der Teigstruktur (insbesondere bei Dinkelteigen).

EINSCHIESSEN

Einschieben des Teiglings in den Ofen zu Beginn der Backzeit.

EINSCHIESSER

Ein flaches Brett oder Blech, mit dessen Hilfe der Teigling auf den Backstein befördert wird.

FENSTERTEST

Verfahren zur raschen Überprüfung der Qualität des Klebergerüsts bei Weizen- und Dinkelteigen. Dabei wird eine kleine Teigprobe zwischen den Fingern dünn ausgezogen. Je nach Straffung und Glätte dieser Teigmembran wird der Knetvorgang fortgesetzt oder beendet.

FENSTERUNG

Schrumpfungsrisse in der Teigkruste, verursacht durch das ungleiche Abkühlen von Kruste und Krume nach dem Backen. Die Fensterung der Kruste ist ein Qualitätsmerkmal.

FINGERTEST

Test zur Überprüfung des Garzustandes durch sanftes Eindrücken des Teiglings mit einem Finger.

FREIGESCHOBENES BROT

Ein Brot, das ohne stützende Form gebacken wird.

GÄRKORB

Zubehör für die Gare von Teiglingen. Hilft, die Form zu halten und die Teigtemperatur zu stabilisieren.

GARE

Phase zwischen Teigmachen und Backen. Unterteilt sich in Stockgare, Zwischengare und Stückgare.

GLANZSTREICHE/EIStreiche

Emulsion von Stärke in Wasser bzw. Eigelb in Wasser oder Milch, die vor und/oder nach dem Backen auf den Teigling gestrichen wird und für eine glänzende Kruste sorgt.

GLUTEN/KLEBER

In den meisten Getreiden vorhandenes Kleberprotein, das in Teigen zur Ausbildung eines Klebergerüsts führt (außer Roggen). Das Klebergerüst stabilisiert den Teigling, hält das Gärgas und stellt während des Backens Wasser für die verkleisternde Stärke zur Verfügung. Bestimmt die Backfähigkeit eines Mehles.

KNETEN

Maschinell oder von Hand ausgeübter Vorgang zum Mischen der Teigzutaten und Entwickeln der Teigstruktur.

KRUME

Das Innere des Brotes. Von der Kruste umschlossen.

KRUSTE

Die gebräunte Rinde des Brotes. Umschließt die Krume.

LANGWIRKEN

Längliches Formen eines Teiglings.

MEHL

Feinstes Produkt einer Mühle. Entsteht durch das Aufmahlen von Getreidekörnern.

MEHLKOCHSTÜCK

Nullteig, bei dem Mehl und Wasser miteinander verkocht werden. Dient der Erhöhung der im Teig gebundenen Wassermenge und verbessert die Frischhaltung des Brotes.

MEHLTYPE

Auf dem Mineralstoffgehalt basierende Sorteneinteilung von Mehlen.

NULLTEIG

Ein Gemisch aus Wasser und Getreideerzeugnissen ohne Zugabe eines Triebmittels. Dient der besseren Verquellung der Getreideprodukte und damit einer besseren Brotqualität. Zu den Nullteigen zählen Quell-, Brüh- und Kochstücke.

OFENTRIEB

Rasches Aufgehen des Teiglings nach dem Einschließen in den Ofen durch biochemische und physikalische Prozesse.

POOLISH

Weicher Vorteig aus den gleichen Mengen Mehl und Wasser sowie 0,1–1 % Hefe. Führt zu einem süßlich-fruchtigen Geschmack und einer zart splitttrigen Kruste.

RUNDWIRKEN

Rundformen eines Teiglings.

RUNDSCHLEIFEN

Rundformen von kleinen Teiglingen (Brötchen) in der hohlen Hand.

SAUERTEIG

Traditionelles Triebmittel für Brotteige, das aus den im Mehl natürlicherweise vorhandenen Mikroorganismen entsteht.

SCHLEIMSTOFFE/PENTOSANE

Zu den Ballaststoffen zählende Stoffgruppe, die in Roggenteigen anstelle des Glutens das Teiggerüst bildet.

SCHLUSS

Die Naht, die beim Wirken eines Teiglings durch das Zusammenführen des Teiges entsteht.

SCHROT

Getreideprodukt, das durch grobes Schneiden oder Schroten des Getreidekorns entsteht und einer intensiven Vorquellung bedarf, um backfähig zu werden.

SCHÜTTFLÜSSIGKEIT

Für die Teigbereitung nötige, temperierte Flüssigkeit (meist Wasser oder Milch).

STOCKGARE

Erste Garphase des Teiges (nach dem Kneten).

STÜCKGARE

Zweite Garphase des Teiges (nach dem Wirken).

SCHWADEN

Meist kurzer, kräftiger Dampfstoß nach dem Einschließen des Teiglings. Sorgt für eine schnelle und direkte Übertragung von Wärme auf den Teigling, für einen guten Ofentrieb und eine gut gebräunte Brotkruste.

TEIGAUSSBEUTE (TA)

Verhältnis von Mehl und Flüssigkeit im Teig als Maß für die Teigkonsistenz. Die Teigaussbeute bezieht sich auf die Gesamtgetreide-Erzeugnismenge im Teig. Je höher die Teigaussbeute, umso weicher der Teig. Pauschal gilt: Teige bis TA 160 (60 % Wasseranteil) sind fest, um TA 165 mittelfest und über TA 170 weich (sehr abhängig von der verwendeten Mehlsorte und Mehlsorte).

TEIGEINLAGE

Rohgewicht des Teiglings vor der Stückgare. Auf dieses Maß beziehen sich Größenangaben von Gärkörben und Kastenformen.

TEIGLING

Vom Teig abgetrenntes Stück im ungeformten oder geformten Zustand.

TEIGTEMPERATUR

Temperatur des Teiges nach dem Kneten. Die Teigtemperatur wird über die Temperatur der Schüttflüssigkeit eingestellt.

VORSTUFE

Mischung aus Getreideerzeugnissen (z. B. Mehl, Schrot) und Flüssigkeit zum Verquellen von Stärke, Ballaststoffen und Eiweißen sowie zur Bildung von Aromastoffen und gegebenenfalls zur Vermehrung von Mikroorganismen. Zur Vorstufe zählen Sauerteige, Vorteige und Nullteige.

WIRKEN

Formen eines Teiglings.

ZWISCHENGARE

Kurze Teigruhe zwischen zwei Arbeitsschritten zum Formen eines Teiglings.

Schnitt- und Drücktechniken

1–5 Gedrückte Brötchenteiglinge
6–12 Mehrfach gedrückter Brotteigling

13–15 Rautenförmig gedrückter Kastenbrotteigling
16–21 Pinzen
22–28 Pain fendu







Brötchenteiglinge mit offenem Schluss
→ siehe Rezept für Roggenbrötchen (Seite 179)



Flacher langer Schnitt im Brötchenteigling



Gerader Rautenschnitt im Brötchenteigling



Zwei gerade parallele Schnitte im Brötchenteigling



Gerader Schnitt über Eck im Brötchenteigling



Flacher langer Schnitt im Brotteigling



Gerader langer Schnitt im Kastenbrotteigling



Zwei flache parallele Querschnitte im Brotteigling



Vier gerade, 90° aufeinander stehende Schnitte im Brotteigling



Drei gerade parallele Schnitte im Brotteigling



Schnitt über Kreuz im Brotteigling



Gerader Rautenschnitt im Brotteigling