

Leckereres Sonntagsbrot

Also, dieses einfach herzustellende Brot schmeckt super lecker zum Sonntagsfrühstück mit saurer Sahne und leckerer, selbsthergestellter Marmelade.

Es wird ganz wenig Hefe benötigt, was in der aktuellen Situation wichtig ist. Durch die lange Gehzeit entsteht ein wunderbar feinporiges Brot.

Ich experimentiere mit dem Rezept immer, um die perfekte Mehlszusammenstellung zu finden.

Das Ausgangsrezept:

1/3 Würfel Hefe	in eine große Schüssel zerbröseln
675 ml lauwarmes Wasser	hinzufügen sowie
750 g Mehl	und
15 g Salz	Alles mit einem großen Holzlöffel oder mit dem Knethaken der Küchenmaschine kurz durchkneten.

10 bis 12 Stunden an einem kühleren Ort abgedeckt gehen lassen.

Anschließend noch einmal kurz umrühren. Der Teig ist recht zähflüssig. Diesen in eine gefettete längliche Backform streichen. Noch einmal gehen lassen und im heißen Ofen (250 °C) 30 Minuten backen. Anschließend die Temperatur auf 180 °C reduzieren und weitere 30 Minuten backen.



Es ist fertig, wenn das Brot beim Klopfen hohl klingt.

Variationen:

Gern probiere ich verschiedene Ausmahlungsgrade des Weizens aus. Ich mische zwei Mehlsorten (Type 550 und 1050). Die Konsistenz ändert sich natürlich, wenn man Vollkornmehl verwendet. Es macht richtig Spaß, mit den verschiedenen Ausmahlungsgraden des Weizenmehls zu experimentieren. So kann man die eigene optimale Mischung herausfinden.

Die Typenzahl gibt an, wie viele Mineralstoffe in Milligramm pro 100 Gramm Mehl enthalten sind. Ein Weizenmehl Type 405 enthält also 405 Milligramm Mineralstoffe pro 100 Gramm. Je höher die Typenzahl ist, desto mehr Ballaststoffe sind darin enthalten. Ballaststoffe tragen zur Sättigung bei.

Viel Freude beim Experimentieren wünscht Anja Later

www.fbs-kassel.de

Die Freiheit 2 | 34117 Kassel | Telefon (0561) 7004-111