

Tipps zum Brotbacken



**In Ihren Händen wird aus unserem Mehl
ein kreativer Genuss!**

Hefe auswählen:

Trockenhefe, nur für kurze Teigführung verwenden, Blitzbrote.

Frischhefe in Bio-Qualität ist nicht geeignet zum Einfrieren.

Mit langer, kühler Teigführung gibt es damit aber sehr schöne und bekömmliche Brote.

Frischhefe sollte immer ein gutes Haltbarkeitsdatum aufweisen.

Hefe entwickelt sich am besten bei 27°. Ab 40° stirbt sie ab, bei 50° ist sie zerstört. Hefe sollte nicht in direkte Berührung mit Salz, Zucker, Fett und Hitze kommen.

Teigführungen:

Ein Hefe-Vorteig besteht aus kaltem Wasser und Mehl und wird mit sehr wenig Frischhefe vermischt. Bei Raumtemperatur 2-4 Std. zugedeckt stehen lassen, bis er in die Flüssigkeit des Hauptteiges integriert wird. Der Vorteig macht das Brot besonders schmackhaft, luftig, knusprig, bekömmlich und es bleibt länger frisch. Der kleine Aufwand lohnt sich. Bei Vollkornmehl, Mehlmischungen mit grossen Anteilen an Körner, Schrot, Dörrfrüchten und Butter sehr zu empfehlen.

Teig dehnen und falten:

Den Teig mit nassen Fingern von vier Seiten gegen die Mitte falten und etwas andrücken, nicht kneten.

Teig fertig stellen:

Um zu erkennen ob der Teig nach der Ruhezeit fertig ist zum Backen, drücken Sie den Finger in den geformten Teig. Springt der Teig sofort wieder in seine Ursprungsform zurück, ist er noch zu elastisch zum Backen und braucht nochmals Ruhezeit. Springt der Abdruck langsam zurück, ist der Teig bereit zum Backen. Bleibt die Delle bestehen ist der Teig übergärt: Entweder nochmals kneten und neu formen oder sofort backen.

Verschiedene Mehlsorten:

Je dunkler die Mehlmischung ist, umso mehr Flüssigkeit und Zeit ist nötig. Auf 100g Mehl, sollten mindestens 75-80g Flüssigkeit in den Teig kommen. Vollkornteige nicht zu stark kneten und bei eher kühlen Temperaturen gehen lassen (18-24°).

Zu fester, trockener Teig ergibt ein kleines und schweres Brot.

Optimal ist ein weicher, feuchter, dehnbarer Teig, der in einer vorgewärmten hitzebeständigen Form, oder in einem Gusseisen Topf mit Deckel gebacken wird.

Roggenmehl wird erst durch Versäuerung optimal backfähig. Dies geschieht durch Zugabe von Sauerteig, Joghurt oder Apfelessig. Der Teig braucht länger um sich zu entwickeln.

Dinkelmehl und Vollkornbrote werden mit einem Mehlkochstück viel luftiger, schmackhafter und länger haltbar.

Was ist ein Mehlkochstück? Herstellung und Verwendung:

Auf 5 Teile Wasser kommt 1 Teil Mehl (z.B. 100 g Wasser, 20 g Mehl). Mehl und Wasser werden mit einem Schneebesen klümpchenfrei verrührt und langsam aufgekocht bis es sich bindet. Zugedeckt abkühlen lassen, über Nacht im Kühlschrank lagern. Am anderen Tag wird das Kochstück bei Zimmertemperatur in die Flüssigkeit des Hauptteiges eingearbeitet und zu einem feuchten Teig verknetet.

Backen:

Zum Brotbacken eignet sich jeder Ofen. Backformen und Bleche mit aufheizen. Teige auf Backblechen sollten nur mit Ober-/Unterhitze gebacken werden, weil Umluft die Teigoberfläche austrocknet.

Wird in Formen gebacken, entsteht ein leichtes Dampfklima welches optimal ist. Grundregel ist: In den stark aufgeheizten Backofen ca. 230° die Brote einschieben und bei abfallender Hitze ausbacken. Wann die Backzeit beendet ist, lässt sich mit dem Klopfest überprüfen.