

Brot: Weizen-Dinkel-Vollkorntoast



Das Brot wird in zwei Etappen zubereitet. Etappe 1 umfasst alles bis einschließlich der Stückgare, Etappe 2 alles, was danach kommt. Die Stückgare (das Reifen des Hefeteiges im Stück) kann entweder innerhalb einiger Stunden im Warmen oder aber über Nacht im Kühlschrank erfolgen.

Diesem Rezept gingen mehrere Testzubereitungen voraus. Finale Version vom 21.01.201.

Bei diesem Brot muss das Zusammenspiel von Butter, Milch und Reifezeit des Teigens (Stockgare + Stückgare) sehr genau passen. Bei zu viel Milch und / oder Ofentrieb kann das Brot außen zwar sehr gut aussehen, aber beim aufschneiden zerbröseln die Scheiben dann. Je kürzer die Stückgare dauert (desto unreifer der Teig ist), desto mehr Ofentrieb entsteht. Ofentrieb ist das Aufgehen der Backware während des Backvorganges.

Benötigte Form: Kastenform für 1-kg-Brot

Zutaten:

- 450 g Dinkelmehl Typ 630
- 450 g Weizen-Vollkornmehl
- 1/2 Würfel (21 g) Frischhefe
- 1 TL Zucker oder Honig
- 370 g Milch
- 160 g lauwarmes Wasser (bei Weizen-Vollkornmehl statt Dinkel-Vollkorn evtl. minimal mehr)+
- 2 EL Essig
- 22 g Salz
- 150 g Butter
- 190 g eingeweichte Leinsamen oder Chia-Samen (können auch durch andere Samen, z.B. durch gemäß Packungsanleitung gekochte Quinoa, ersetzt werden). das Gewicht bezieht sich auf die eingeweichten samen, nicht auf die trockenen.
- Zum Backen 1 feuerfeste Schale mit ca. 500 ml Wasser

Vorbereitung der Butter

- Butter in einem Topf zerlassen, bis sie leicht braun ist. Dann Hitzezufuhr unterbrechen.
- Die Milch hinzu geben und verrühren.

Zubereitung:

1. Das Wasser abmessen, Zucker zugeben und die Frischhefe darin auflösen.
2. Die beiden Mehlsorten, Salz, Essig, Hefewasser und das Milch-Butter-Gemisch eine Schüssel geben.
3. Die Chia-Samen hinzu fügen.

4. Den Teig von Hand so vermischen, dass kein loses Mehl mehr in der Schüssel ist.
5. Den Teig von Hand 5 min kneten. Der Teig hat dann eine gummiartige Konsistenz und ist am Ende des Knetens nicht mehr klebrig.
6. **Stockgare:** Den Teig in der Schüssel oben abdecken (am besten mit einem feuchten Leinentuch). Die Schüssel 30 min bei ca. 25° C (z.B. im nur minimal geheizten Backofen) stehen lassen; in einem kühleren Raum kann er auch 30 min stehen. Es soll ein kleiner Volumenzuwachs erreicht werden. Dabei kommt die Hefe die Hefen in einen stoffwechselaktiven Zustand.
7. Während der Stockgare die Kastenform einfetten und mit Backpapier auslegen. Das Papier an den Langseiten herunter stehen lassen, sodass das Brot an dem überstehenden Papier später aus der Form gehoben werden kann.
8. Den Teig noch einmal durchkneten („falten“), damit er lockerer wird.
9. Den Teig in die Form füllen und diese oben mit einem feuchten Leinentuch (alternativ Folie) abdecken.

Stückgare

Nun muss der Teig im Stück reifen und darf danach nicht mehr geknetet oder anderweitig großartig erschüttert werden. Dies kann geschehen

- entweder über Nacht im Kühlschrank bei ca. 6 – 8° C innerhalb einiger Stunden oder
- bei ca. 25° C (z.B. im nur minimal geheizten Backofen) innerhalb von 60 min. Nach 45 min mit dem Vorheizen des Backofens beginnen!

Es sollte eine knappe Gare erreicht werden, bei Vollgare schmeckt das Brot sehr intensiv. Der Teig sollte gut an Volumen zugelegt haben, aber bei Erschütterung nicht einfallen. Ggf. Daumentest durchführen. Fühlt sich der Teig schon luftig-weich (wie ein Kopfkissen) an und der Eindruck springt langsam zurück, ist knappe Gare erreicht.

Etappe 2:

Vorbereitung zum Backen:

1. Wenn die Stückgare im Kühlschrank stattfand, dann die Form heraus holen. **Der Teig darf jetzt nicht mehr großartig erschüttert und schon gar nicht erneut geknetet werden!**
2. Den Backofen auf 200° C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Dabei eine feuerfeste Schale mit ca. 500 ml kaltem Wasser auf den Boden des Ofens stellen. Der Teig soll hinterher eine feuchtwarme Umgebung vorfinden.
3. Ein Stück Alufolie, etwas größer als die Oberfläche der Form, bereit legen.
4. Wenn die Zieltemperatur erreicht ist, die Oberfläche des Teiges max. 1 mm einschneiden und mit etwas kaltem Wasser bepinseln. Beim Backen wird dann eine Kruste gebildet, die das Austrocknen des Brotes verhindert. Das Wasser zieht in den Teig ein. Das Einschneiden führt dazu, dass die Gase im Teig, die sich beim Ofentrieb bilden, entweichen können und der Teig während des Backvorganges nicht unkontrolliert reißt.

Backen:

1. Den Gitterrost des Backofens auf die 2. Schiene von unten setzen (also leicht unterhalb der Mitte) und darauf die Form stellen.
2. Backzeit ca. 60 - 70 min. **Zu langes Backen kann dazu führen, dass das Brot trocken wird!**

3. Nach dem Backen das Brot gleich aus der Form heben. Klopfprobe vornehmen: Ist das Klopfgeräusch hohl, ist das Brot durch (das Wasser weg). Ansonsten Brot in die Form zurück heben und noch weiter backen; nach wenigen Minuten erneut kontrollieren.

Nach dem Backen

das Brot sofort ohne Abkühlen aus der Form nehmen, das Backpapier entfernen und auf ein Holzbrett o.ä. stellen. Nach dem ersten Auskühlen das Brot auf ein Kuchengitter setzen, damit der Boden auch belüftet wird. Bleibt der Kuchen in der Form, sorgt austretende Feuchtigkeit am Boden dafür, dass das Brot nach kürzerer Zeit „ein Fußbad nimmt“.

Aufschneiden, zu beachten:

- Erst aufschneiden , nachdem das Brot vollständig ausgekühlt ist! Am besten vorher 1 Stunde in den Kühlschrank stellen, dann wird das Brot etwas fester.
- Toastbrot in **11 mm dicke** Scheiben schneiden (mit Maschine). Bei dünneren Scheiben können diese sonst nach oder schon vor dem Toasten brechen. Im Test waren 10 mm Scheibenstärke zu wenig (geschnitten mit einer „Ritter“-Brotschneidemaschine und lt. deren Skalenteilung).