

## Rustikales Brot

(aus diesem Rezept können auch Brötchen oder Baguette gefertigt werden)

### Zutaten:

520g Wasser (30°C)

30g Öl (z.B. Raps- oder Sonnenblumenöl)

8g Salz

400g Mix B

50g gf Leinsaatmehl

50g gf Buchweizenmehl

10g Trockenhefe oder 21g Frischhefe

6g Brotgewürz, wenn gewünscht

### Herstellung:

Zunächst Wasser, Öl und Salz in die Rührschüssel geben, dann die trockenen Zutaten, zuletzt die Hefe, hineingeben. Frischhefe einfach zerbröseln, sie muss nicht aufgelöst werden.

Mit der Maschine ca. 20 sek bei niedrigster Geschwindigkeit mischen und dann bei mittlerer Stufe 5 min kneten lassen. Darauf achten, dass der Rand der Schüssel am Anfang mit einem Teigschaber zusammengekratzt wird, damit wirklich alle Zutaten in den Teig kommen und keine trockenen Reste haften bleiben.

Nach dem Knetvorgang die Schüssel mit einem feuchten Tuch abdecken und 45 min an einem warmen Ort (ca. 24 – 28°C) stehen lassen. Der Teig ist nach dem Kneten sehr weich, zieht aber während dieser Ruhephase noch nach, wird also fester. Wenn ein Brot mit etwas kompakterer Krume und feinerer Porung gewünscht ist, einfach die Ruhephase auf die Hälfte verkürzen.

Den Tisch vor dem Aufarbeiten des Teiges etwas mit Mix B bestäuben.

Eine Brotbackform für 1 Kilogramm dünn mit Öl fetten. Bitte keine Butter verwenden, da diese sonst anbrennt.

Nun den Teig zu einer Kugel formen und für ein Kastenbrot lang wirken. Dazu die Teigkugel flach drücken, die linke und rechte Seite etwas einschlagen und vom oberen Rand aus einrollen und zur gewünschten Größe formen.

Version 03

© Copyright by Oliver Welling

Wenn gewünscht, die Oberseite in Mix B wälzen, damit das Brot später bemehlt-rustikal aussieht, und anschließend in die vorbereitete Form einlegen. Ein wenig flach drücken und, je nach Raumtemperatur, ca. 25 bis 30 min garen lassen.

Den Ofen währenddessen auf 210°C Umluft oder 220°C Ober-/Unterhitze vorheizen, dabei ein leeres Metallgefäß auf dem Ofenboden mit aufheizen.

Ist dagegen ein freigeschobenes Brot ohne Backform gewünscht, den Teig, wie oben beschrieben, lang wirken und auch hier in etwas Mix B rollen, damit es schön rustikal aussieht. Anschließend einfach auf ein Backblech mit Backpapier legen und, je nach Raumtemperatur, ca. 25 bis 30 min garen lassen.

Vor dem Backen das freigeschobene Brot 3- bis 5-mal an den Seiten nicht zu tief einschneiden.

Nach der Gare das Brot mittig in den Ofen geben und gleichzeitig ca. 100 ml Wasser unten in die vorgeheizte Form gießen, damit viel Wasserdampf erzeugt wird.

Den Ofen sofort schließen und das Brot 60 min backen.

Unmittelbar nach dem Backen das Brot aus der Form nehmen und auf einem Gitter auskühlen lassen.

Sollen Brötchen oder Baguette gebacken werden, bitte für Gare und Backzeit an dem Rezept der hellen Brötchen orientieren.