

BERND ARMBRUST

# BROT



**G|U**



- 7 Vorwort: Brotbacken – ein lebensbejahendes Handwerk
- 8 10 x Grundwissen aus der Backstube
- 12 Grundrezept: Hefebrot
- 14 Grundrezept: Sauerteigbrot
- 16 Grundrezept: Sauerteigansatz
- 18 Warenkunde: Mehl- und Getreidesorten
- 20 Warenkunde: Saaten und Gewürze
- 162 Glossar: Bäckerlatein
- 164 Register
- 166 Bezugsquellen



24 *Klassische Brote*

72 *Besondere Brote*

126 *Süße Brote*

*Die Rezepte zu den Umschlagbildern finden Sie auf den Seiten 14 und 28*

# Grundrezept: Hefebrot

**50 g Butter**  
**20 g Hefe (1/2 Würfel)**  
**125 ml Milch**  
**125 ml Wasser**  
**400 g Weizenmehl (Type 550)**  
**30 g Salz (ca. 2 EL)**

**Außerdem**  
**1 Brot- oder Kastenform (ca. 25 cm)**  
**Fett für die Form**  
**Mehl zum Arbeiten**

**Für 1 Brot (à 600 g): 25 Min. Zubereitung**  
**55 Min. Teigruhe, 45 Min. Backen**

**1** 1 Std. vor dem Backen Butter, Hefe und Milch aus dem Kühlschrank nehmen, damit sie Zimmertemperatur annehmen.

**2** Die Hefe in dem lauwarmen Wasser auflösen und mit der Milch mischen. Mehl, Salz und die Butter in Stückchen zugeben. Alles gut unterarbeiten. Den Teig

8 Min. in der Küchenmaschine (4 Min. auf langsamer, 4 Min. auf schneller Stufe) oder 10 Min. gründlich von Hand kneten. Der Teig soll dabei straff und elastisch werden.

**3** Den fertigen Teig auf die bemehlte Arbeitsfläche geben und abgedeckt 25–30 Min. gehen lassen. Zwischendurch zwei- bis dreimal rund wirken (→ Seite 26) oder zusammenfallen.

**4** Die Form fetten und den Teig hineingeben. Noch einmal abgedeckt 25 Min. gehen lassen, dabei nach 10 Min. mit einem scharfen Messer der Länge nach einritzen.

**5** Den Backofen auf 230° vorheizen (Umluft nicht empfehlenswert), dabei ein mit Wasser benetztes Blech mit erhitzen. Sobald die Temperatur erreicht ist, das Blech herausnehmen, das Brot in den heißen Ofen (Mitte) schieben und 15 Min. anbacken. Auf 210° herunterregeln und das Brot in ca. 30 Min. fertig backen.



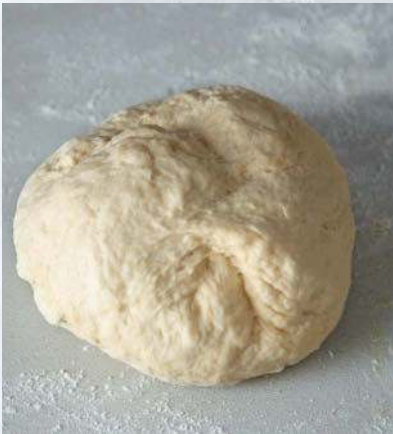
**1** Die Hefe in dem Wasser auflösen. Das Wasser sollte lauwarm sein, damit die Hefe schnell ihre Gärtätigkeit aufnimmt. Heißes Wasser lässt sie absterben – Körpertemperatur ist ideal. Milch zugeben.



**2** Die restlichen Zutaten zu dem Hefe-Wasser-Milch-Gemisch geben und alles mit einem Löffel vermischen, bis der Teig fester wird. Wichtig ist, dass alle Zutaten Zimmertemperatur haben.



**3** Den Teig auf die bemehlte Arbeitsfläche geben, falls nicht mit der Maschine geknetet wird. 10 Min. gründlich durchkneten, dabei mit dem Handballen arbeiten, statt die Finger in den Teig zu bohren.



**4** Arbeiten Sie nicht zu viel Mehl unter. Nach dem Kneten soll der Teig schön elastisch sein, sich »wollig« und trocken anfühlen.



**5** Den Teig zu einer Kugel formen und auf der Arbeitsfläche gehen lassen. Dabei mit einem sauberen Küchentuch abdecken, damit er nicht austrocknet.



**6** Nach der Ruhezeit sollte der Teig sein Volumen sichtbar vergrößert haben. Wenn das nicht der Fall ist, noch einmal einige Zeit abwarten.



**7** Den gegangenen Teig länglich formen und in die gefettete (und nach Belieben mit Mehl ausgestreute) Form legen.



**8** Den Laib der Länge nach mit einem scharfen Messer wenig einschneiden. Das geht besser, wenn die Klinge mit etwas Öl eingerieben wird. Die Form noch einmal abdecken und das Brot gehen lassen.



**9** Nach dem Gehen ist der Schnitt etwas aufgegangen. Damit er nicht zu sehr klafft, darf der Teig nur leicht eingeritzt worden sein.

## Saaten und Gewürze

*Das tägliche Brot – das heißt keineswegs: täglich dasselbe Brot. Heute kommt es würzig daher, morgen mild; zum Frühstück darf es mit Sesam bestreut sein, zum Abendbrot mit Salz. Diese Zutaten sorgen für Abwechslung im Brotkorb.*

### 1 Salz

Salz ist das wichtigste Brotgewürz – unverzichtbar für den runden Geschmack. Für die Menge gilt die Bäcker-Faustformel, dass in herzhaften Broten 2 % der Mehlmenge an Salz zugegeben werden, bei 500 g Mehl also 10 g Salz. Grobes Meersalz oder Fleur de Sel eignen sich übrigens auch wunderbar, um Brote damit zu bestreuen.

### 2 Anis, Koriander, Kümmel, Fenchel

Die klassischen Brotgewürze geben gerade Sauer- teigbroten Aroma und sorgen außerdem für die Bekömmlichkeit. Je nach Geschmack können Sie die Gewürze einzeln oder zusammen zum Brot geben. Es gibt sie sogar schon fertig gemischt zu kaufen. Am meisten Aroma entwickeln sie, wenn Sie die Samen nur in der benötigten Menge kurz vor dem Backen frisch im Mörser oder in einer Gewürzmühle zerkleinern.

### 3 Sonnenblumenkerne

Liebhaber körniger Brote kommen an ihnen kaum vorbei: Sie sorgen für Biss und Aroma. Mit ihrem relativ hohen Fettgehalt lassen sie sich nicht lange lagern. Also besser immer nur in kleinen Mengen kaufen.

### 4 Chili

Für Feuer im Brot sind Chilis genau richtig. Ob als getrocknete oder frische Schoten, als Flocken oder Gewürzpulver – sie bringen warme Schärfe ins Spiel. Aber Achtung: Dosieren Sie sie vorsichtig! Manche brennen sehr.

### 5 Leinsamen

Die Samen der Flachspflanze schmecken nicht nur im Müsli, sondern auch im Brot. Sie enthalten viel gesunde Omega-3-Fettsäuren. Lein-

samen sollten Sie immer einige Stunden in Wasser einweichen, bevor Sie sie in den Teig geben, sonst entziehen sie ihm Wasser. Dadurch kann das Brot zu fest und trocken werden.

### 6 Mohn

Mohnsamensamen werden in der Backstube häufig benutzt, um helle Weizenbrote oder Brötchen damit zu bestreuen. Aber natürlich lassen sie sich auch in den Teig kneten. Gemahlener Mohn wird allerdings schnell muffig. Er sollte daher nicht zu lange gelagert werden.

### 7 Hanf

Die Samen der alten Kulturpflanze Hanf eignen sich – ganz oder geschrotet – prima für körniges Brot. Sie sind geschält oder ungeschält erhältlich. Ungeschält machen sie es besonders knusprig. Übrigens: Berauschende Wirkung besitzen sie nicht.

### 8 Kürbiskerne

Die großen dunkelgrünen Samen bereichern Brot, Brötchen & Co. nicht nur farblich. Sie bringen auch jede Menge Aroma mit. Wenn Sie Ihr Brot damit bestreuen, dann achten Sie darauf, es beim Backen gegebenenfalls frühzeitig mit Backpapier abzudecken: Die Samen verbrennen leicht und schmecken dann bitter.

### 9 Sesam

Gesund ist Sesam durch seinen hohen Selengehalt, aber in der Backstube spielt vor allem sein Geschmack eine Rolle. Der verstärkt sich noch, wenn die Samen in einer trockenen Pfanne hellbraun angeröstet werden. Wenn sie allerdings zum Bestreuen benutzt werden, ist Anrösten nicht nötig. Das erledigt der Backofen von selbst.





9

8

1

7

2

6

2

3

5

1

4

2

## Tomaten–Basilikum–Ciabatta



Mit Hefe  
Mit Weizenmehl

*Für den Weizensauerteig*  
**50 g Weizenmehl (Type 1050)**  
**5 g Weizensauerteig (Trockenprodukt aus dem Reformhaus; ersatzweise Roggensauerteig)**

**50 ml Wasser**

*Für den Brotteig*

**250 g getrocknete Tomaten in Öl**

**3 Bund Basilikum (ca. 125 g Blätter)**

**10 g Hefe (ca. 1/4 Würfel)**

**275 ml Wasser**

**500 g Weizenmehl (Type 550)**

**10 g Salz (ca. 2 TL)**

**3 EL Olivenöl**

*Außerdem*

**Olivenöl für die Teigschüssel**

**Mehl zum Arbeiten**

**Backpapier für das Blech**

*Für 2 Brote (à 500 g): 1 Std. 15 Min. Zubereitung*  
*17 Std. Teigruhe, 30 Min. Backen*

**1** Am Vortag für den Weizensauerteig Mehl und Sauerteig gut mit dem Wasser vermischen. Abgedeckt 15–20 Std. bei Zimmertemperatur reifen lassen.

**2** Am nächsten Tag die getrockneten Tomaten abtropfen lassen (dabei das Öl auffangen) und in feine Streifen schneiden. Basilikum waschen, trocken schütteln und die Blättchen fein schneiden.

**3** Für den Brotteig die Hefe in einer Schüssel mit dem lauwarmen Wasser auflösen. Mehl, Salz, den selbst angesetzten Sauerteig und zum Schluss das Olivenöl hinzufügen und alles gut unterarbeiten. Den Teig 10 Min. in der Küchenmaschine (3 Min. auf langsamer, 7 Min.

auf schneller Stufe) oder von Hand durchkneten. Erst zum Schluss vorsichtig Tomaten- und Basilikumstreifen unterarbeiten.

**4** Eine große Schüssel mit Olivenöl ausstreichen. Den Teig darin abgedeckt 1–1 1/2 Std. bei Zimmertemperatur gehen lassen.

**5** Den fertig gegangenen Teig auf die bemehlte Arbeitsfläche geben, halbieren und länglich formen. Die Teigstücke auf ein Blech mit Backpapier legen und noch einmal abgedeckt bei Zimmertemperatur 30 Min. ruhen lassen.

**6** Inzwischen den Backofen auf 250° vorheizen (Umluft nicht empfehlenswert), dabei ein mit Wasser benetztes Blech mit erhitzen. Sobald die Temperatur erreicht ist, das heiße Blech herausnehmen, die Brote in den heißen Ofen (Mitte) schieben und die Temperatur auf 220° herunterregeln. Die Brote in ca. 30 Min. goldbraun backen. Noch heiß mit dem aufgefangenen Tomatenöl bestreichen.

**Tipp** Wenn Sie die Teigstücke spiralförmig drehen, bekommt das Ciabattabrot eine besonders schöne Form.

**Variante** Aus dem gleichen Teig können Sie auch kleine Focacciafladen backen: Rollen Sie dazu kleine Teigkugeln zu dünnen Fladen aus (ca. 10 cm Ø), die Sie in lediglich 15 Min. knusprig backen. Mit Tomatenöl bestreichen und mit grob gemahlenem schwarzem Pfeffer oder mit Meersalz bestreuen.





”

**Der Bäckermeister**

*Dieses Brot schmeckt warm am besten. Genießen Sie es zum Beispiel zu gemischtem Salat oder Mozzarella – ein echt italienischer Genuss!*

“



# Belugalinsenbrot



Mit Hefe und Sauerteig  
Mit Weizen- und Roggenmehl

## Für die Einlage

1/2 Bund Salbei

150 g Belugalinsen (ersatzweise Berglinsen oder Puy-Linsen)

50 ml Balsamico-Essig

1/2 TL Zucker (oder mehr, nach Geschmack)

200 ml Wasser

200 g eingelegte Paprika (aus dem Glas)

## Für den Teig

15 g Hefe (ca. 1/3 Würfel)

350 ml Wasser

50 g flüssiger Natursauerteig

(selbst angesetzt oder im Beutel)

350 g Weizenmehl (Type 550)

150 g Roggenmehl (Type 1150)

10 g Salz (ca. 2 TL)

## Außerdem

1 Brot- oder Kastenform (ca. 35 cm)

Mehl zum Arbeiten

Fett für die Form

2 EL Olivenöl zum Bestreichen

Für 1 Brot (à 1500 g): 1 Std. Zubereitung

20 Min. Kochen, 8 Std. Quellen, 40 Min. Teigruhe

35 Min. Backen

**1** Am Vortag die Hälfte Salbei waschen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden. Mit Linsen, Balsamico-Essig, Zucker, 200 ml Sud von den eingelegten Paprika und Wasser in einem Topf aufkochen und bei kleiner Hitze 15–20 Min. kochen lassen. Alles 8 Std. (oder über Nacht) quellen lassen. Die Linsen nehmen dabei die Flüssigkeit bis auf einen Bodensatz auf.

**2** Am nächsten Tag die Paprika etwas kleiner schneiden. Für den Teig die Hefe in einer Schüssel in dem lauwarmen Wasser auflösen und mit dem Sauerteig mischen. Das Mehl und zum Schluss das Salz hinzufügen und alles gut unterarbeiten. Den Teig 8–10 Min. in der Küchenmaschine (4 Min. auf langsamer, 4 Min. auf schneller Stufe) oder von Hand durchkneten.

**3** Zum Schluss Linsen mit Garflüssigkeit und die Paprika langsam unterheben. Danach den Teig abgedeckt 20 Min. bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

**4** Die Form fetten. Restlichen Salbei waschen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Den Teig in die Form geben. Die Salbeiblätter darauf verteilen und mit Wasser bestreichen, damit sie nicht zu schnell bräunen. Erneut 20 Min. ruhen lassen.

**5** Inzwischen den Backofen auf 250° vorheizen (Umluft nicht empfehlenswert), dabei ein mit Wasser benetztes Blech mit erhitzen.

**6** Das Blech mit Wasser aus dem Ofen nehmen und das Brot hineinstellen (Mitte). Sofort die Temperatur auf 210° herunterregeln. Das Brot 30–35 Min. backen. Noch heiß mit Olivenöl bestreichen.

” **Der Bäckermeister**  
Besonders gut schmeckt das Brot belegt mit hauchdünn geschnittenem kaltem Braten. Dazu passt eine Creme, die aus 1 EL Dijonsenf, 1 EL Sherry und 1 EL geschlagener Sahne gerührt wird. “



**1** Den Teig zu einem länglichen Stück formen. Abgedeckt 20–30 Min. bei Zimmertemperatur ruhen lassen.



**2** Das gegangene Teigstück zu einem Rechteck von ca. 50 x 35 cm ausrollen.



**3** Die Zwiebelfüllung von der langen Seite aus auf 2/3 der Teigplatte verteilen. Falls sie zu fest ist, etwas Weißwein und einen Schuss Sahne zugeben, damit sie streichfähig wird.

# Zwiebel-Weißwein-Wickel



Mit Hefe und Sauerteig  
Mit Weizen- und Roggenmehl

## Für die Einlage

250 g Zwiebeln  
150 g Räucherschinken  
2 EL Butterschmalz  
200 ml Weißwein

## Für den Teig

25 g Hefe (gut 1/2 Würfel)  
150 ml Wasser  
50 g flüssiger Natursauerteig  
(selbst angesetzt oder im Beutel)  
150 ml Weißwein  
400 g Weizenmehl (Type 550)  
100 g Roggenmehl (Type 1150)  
10 g Salz (ca. 2 TL)

## Außerdem

Mehl zum Arbeiten und zum Bestreuen  
Backpapier für das Blech

Für 2 Wickel (à 400 g): 30 Min. Zubereitung  
8 Std. Ziehen, 1 Std. Teigruhe, 35 Min. Backen

**1** Am Vortag die Zwiebeln schälen und in Ringe schneiden. Den Schinken würfeln. Butterschmalz in einer Pfanne zerlassen und die Zwiebeln darin bei mittlerer Hitze in ca. 8 Min. goldgelb dünsten. Schinkenwürfel zugeben und mit dem Weißwein ablöschen. Alles bei mittlerer Hitze dünsten lassen, bis die Flüssigkeit fast verdampft ist. Danach mindestens 8 Std. (besser: über Nacht) im Kühlschrank durchziehen lassen.

**2** Für den Teig die Hefe in dem lauwarmen Wasser auflösen und mit dem Sauerteig und dem Weißwein mischen. Die Mehlsorten und zum Schluss das Salz hinzufügen. Alles gut unterarbeiten. 8–10 Min. in der Küchenmaschine (4 Min. auf langsamer, 4 Min. auf schneller Stufe) oder von Hand durchkneten.

**3** Den fertigen Teig auf die bemehlte Arbeitsfläche geben, füllen und formen, wie in Bild 1 bis 6 gezeigt. Die Zwiebelwickel auf Bleche mit Backpapier legen und noch einmal 30 Min. ruhen lassen.

**4** Inzwischen den Backofen auf 230° vorheizen (Umluft nicht empfehlenswert), dabei ein mit Wasser benetztes Blech mit erhitzen. Sobald die Temperatur erreicht ist, das Blech herausnehmen, die Wickel in den heißen Ofen (Mitte) schieben und in 35–40 Min. knusprig backen.



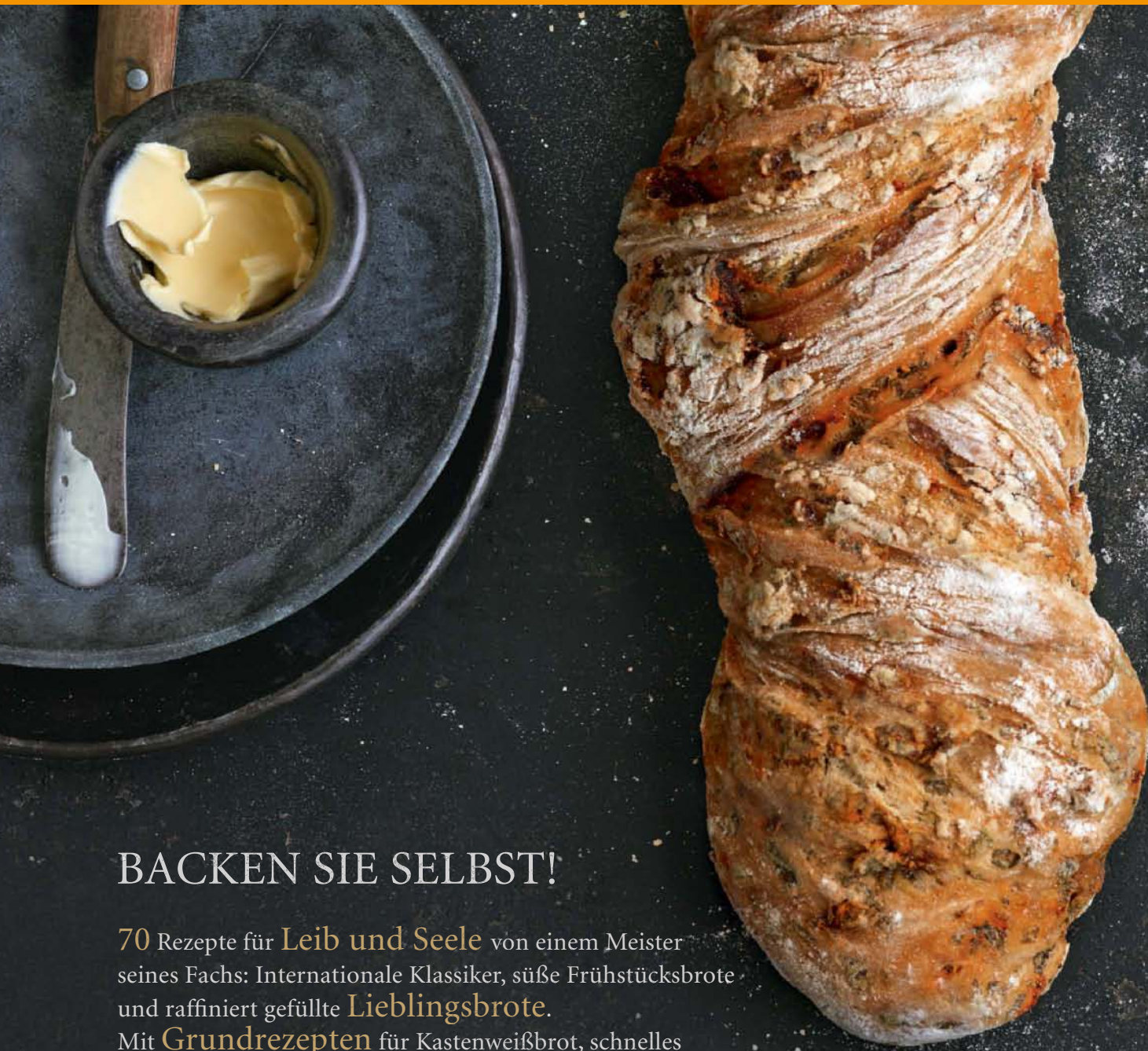
**4** Das unbestrichene Stück Teig über die Füllung falten und das restliche Teigdrittel darüberschlagen, sodass ein dreilagiger Teigstrang von ca. 50 cm entsteht.



**5** Den Strang quer halbieren (2 Stücke à 25 cm) und jedes Stück der Länge nach noch einmal halbieren.



**6** Je zwei Teigstränge locker miteinander verzwirbeln.



## BACKEN SIE SELBST!

70 Rezepte für **Leib und Seele** von einem Meister seines Fachs: Internationale Klassiker, süße Frühstücksbrote und raffiniert gefüllte **Lieblingsbrote**.

Mit **Grundrezepten** für Kastenweißbrot, schnelles Roggenbrot und für das Ansetzen eines eigenen Sauerteiges. Viel Wissenswertes rund ums Brotbacken und detaillierte **Schritt-für-Schritt**-Abbildungen geleiten Sie sicher zu Ihrem **knusprig-frischen** Brot.

**G|U**

WG 457 Backen  
ISBN 978-3-8338-2196-7



€ 16,99 [D]  
€ 17,50 [A]

[www.gu.de](http://www.gu.de)