

BERND KÜTSCHER JOHANN LAFER



Unsere **BROT BIBEL**

Lafers Lieblingsrezepte
der besten Bäcker aus
Deutschland, Österreich,
Südtirol und der Schweiz

GRÄFE
UND
UNZER



Inhalt

- 7 Warum ich Brot liebe

BASICS

- 12 Kulturgut Brot
18 Ernährungsfakten zu Brot
20 Die Welt der Brote
22 Getreidearten zum Brotbacken
26 Welches Mehl nehme ich
zum Backen?
28 Werkzeuge und Geräte zum
Brotbacken
32 Der Prozess des Brotbackens
45 Vorteige und Sauerteige

REZEPTE

- 48 Brote
218 Aufstriche

ZUM NACHSCHLAGEN

- 228 Fachbegriffe aus diesem Buch
233 Adressen der Bäckereien
236 Register
238 Dank
240 Impressum



LAFER

WARUM ICH *Brot liebe*



Als langjähriger Chefpâtissier in verschiedenen Häusern ist mir neben dem Kochen auch das Backen durchaus vertraut. Doch vor dem Brotbacken hatte und habe ich immer größten Respekt. Es ist eine wahre Kunst, nur aus Mehl, Wasser, Salz sowie etwas Sauerteig oder Hefe einen duftenden, knusprigen Brotlaib zu zaubern. Denn es gilt, nur durch die Art der Teigherstellung, die Gestaltung der Fermentation, die Formgebung sowie den Backprozess komplexe, natürliche Prozesse auszulösen und zu steuern. Diese Herausforderung, zieht auch immer mehr passionierte Hobbybäcker in ihren Bann. Kein Wunder: Brotbacken entschleunigt in hektischen Zeiten und das wohlschmeckende Ergebnis der eigenen Hände Arbeit beglückt.

Gleichzeitig ist Brot ein Kulturgut, das die Menschheit sehr jeher geprägt hat und es bis heute tut. Sei es das Frühstück im Kreise der Familie, die Brotzeit zwischendurch oder das Abendbrot: Der gemeinsame Genuss von Brot steht oft im Mittelpunkt geselliger Anlässe. Kaum ein gutes Restaurant, das dem Gast nicht zuerst einen Brotkorb serviert. Kaum ein freudiger Anlass, zu dem nicht traditionell Brot und Salz als Glücksbringer überreicht werden. Und ist bei allen kulinarischen Höhenflügen nicht eine gute Scheibe Brot mit etwas Butter manchmal die beste Mahlzeit?

Durch die Jurytätigkeit für das ZDF-Format »Deutschlands bester Bäcker« konnte ich vor einigen Jahren deutlich tiefer in die Welt des Brotes eintauchen. Seitdem habe ich noch mehr Respekt vor der Leistung der handwerklichen Bäckereien. Seit Schaffung der sehr anspruchsvollen Weiterbildung zum Brot-Sommelier bringe ich mich auch dort ein und durfte schon über 200 Absolventen in meiner Kochschule begrüßen.

ERNÄHRUNGSFAKTEN ZU BROT

Zur ernährungsphysiologischen Bedeutung von Brot gibt es vielerlei Mythen, etwa dass Brot dick macht. Wenn dem so wäre, hätten die Menschen früher, als sie noch viel mehr Brot aßen, viel dicker sein müssen als heute.

Brot liefert viele lebensnotwendige Nährstoffe, allen voran Kohlenhydrate in Form von Stärke als ideale Energiequelle. Qualitativ hochwertiges Brot kann damit auch dazu beitragen, den Blutzuckerspiegel zu stabilisieren, da es langsam verdaut wird und langanhaltende Energie liefert.

Ballaststoffe kommen zwar auch in Obst, Gemüse und Hülsenfrüchten vor, doch der unbestritten wichtigste Lieferant ist Getreide - und damit auch Brot. Roggenvollkornbrote sind mit 8,1 Gramm Ballaststoffen je 100 Gramm besonders empfehlenswert. Einige Studien haben gezeigt, dass der Verzehr von Vollkornbrot das Risiko für Herzkrankungen und Typ-2-Diabetes senken kann.

Ein normales Roggenmischbrot enthält 6 Gramm Ballaststoffe je 100 Gramm und selbst Weizenbrote und -brötchen enthalten immerhin noch 3,6 Gramm. Zum Vergleich: Äpfel kommen pro 100 Gramm gerade einmal auf ca. 2 Gramm Ballaststoffe. Weizenbrot liefert also keinesfalls nur »leere« Kalorien.

Brot enthält von Natur aus wenig Fett, jedoch hochwertiges pflanzliches Eiweiß als wichtigen

Zellbaustein. Außerdem liefert es viele Mineralstoffe, insbesondere Eisen, Magnesium und Zink. Eisen ist Baustein des Blut- und Muskelfarbstoffs (Hämoglobin und Myoglobin) und transportiert Sauerstoff. Magnesium reguliert Erregungsvorgänge an Nerven und Muskeln, unter anderem dem Herzmuskel. Zink ist wichtig für das Immunsystem.

Hinzu kommen Vitamine wie das Vitamin B₁, das als »Nervenvitamin« Konzentration, Gedächtnis und Kondition stärkt, und das für den Stoffwechsel und die Blutbildung wichtige Vitamin B₆.

Neben wichtigen Nährstoffen enthalten Brote rund 500 natürliche Aromastoffe, die durch die Fermentation und beim Backprozess entstehen. Die riesige Welt an Brotzutaten (neben Getreide beispielsweise auch Ölsaaten, Nüsse, Gemüse, Öle, Milchprodukte, Kräuter und Gewürze) trägt ebenfalls zum Potpourri an Brotaromen bei, die mit der »Weinheimer Brotsprache« beschrieben werden können, eine Auflistung rein positiver Merkmale zur Genussbeschreibung von Brot, wie man sie auch vom Wein kennt. Die Brotsprache soll Emotionen wecken und Lust auf Brot machen.

DIE MEISTEN BROTE SIND VEGAN

Die vegane Ernährung ist im Trend und legt durch die Herausforderungen des Klimawandels weiter zu. Egal ob Mehl, Wasser, Sauerteig, Salz, Hefe, Ölsaaten, Gewürze oder Nüsse: Die typischen Zuta-

ten eines Brotes sind alle vegan und damit sind es auch die allermeisten Brote. Allerdings gibt es Ausnahmen, etwa Buttermilchbrote, Quarkbrote, Speckbrote oder mediterrane Brote mit Fetakäse. Ebenso geben Bäcker bei Weizenbroten zuweilen etwas Butter, Schmalz oder Milchpulver zum Teig, damit er geschmeidiger wird.

BROT EIGNET SICH ZUM ABNEHMEN

Vor 45 Jahren hat der Ernährungswissenschaftler Prof. Dr. Erich Menden von der Universität Gießen eine Brotdiät entwickelt, mit der die Probanden innerhalb von vier Wochen durchschnittlich sechs Kilogramm abnahmen. Brot wurde daraufhin auf der Titelseite der BILD als »Schlankmacher« gefeiert – genauso zuletzt in den Jahren 2019 und 2023, als zwei Brot-Sommeliers das Experiment mit vergleichbaren Erfolgen wiederholten. Wie jede Gewichtsreduktion basiert jedoch auch die Brotdiät auf dem Umstand, dass die Kalorienzufuhr verringert wird. Tatsächlich macht Brot selbst also weder dick, wie viele glauben, noch schlank.

Es gibt also gute Gründe, gelegentlich dem traditionellen Abendbrot den Vorzug vor einem warmen Abendessen zu geben.

KLIMABILANZ VON BROT

Brot ist nicht gleich Brot! Es macht einen Unterschied, wie es hergestellt wurde. Hier lohnt ein Blick auf den Prozess des Brotbackens.

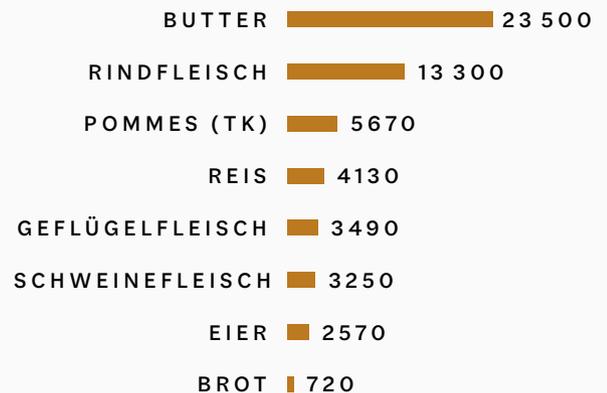
Die Brote und Brötchen aus den SB-Regalen des Einzelhandels werden zwar als »frisch gebacken« oder »laufend ofenfrisch« angepriesen, doch ihre Herstellung erfolgt oft viele Wochen zuvor in großen Fabriken. Sie werden dort zu 85 bis 90 Prozent gebacken, womit sie eigentlich verzehrfertig sind. Um die lange Zeit und die große Distanz zum Kun-

den zu überbrücken, werden die Brote anschließend in Plastik verpackt und eingefroren. Nach dem Transport wird die gefrorene Ware beim Discounter dann noch einmal kurz aufgebacken, um dem Kunden den Eindruck frischer Ware zu vermitteln.

Der Prozess Backen – Verpacken – Einfrieren – Transportieren – Aufbacken ist natürlich enorm energieintensiv und daher deutlich weniger nachhaltig als das Brot aus der regionalen Handwerksbäckerei. Auch das vorverpackte Toastbrot, das in der Industrie nur einmal gebacken wird, fällt in Sachen Klimabilanz dann ab, wenn jede einzelne Scheibe im Toaster nachgebacken wird. Insofern ist die Wahl des Brotes immer auch ein Beitrag zum Klimaschutz.

NACHHALTIGKEIT: GUTES BROT SCHÜTZT DAS KLIMA

Klimabilanz verschiedener Lebensmittel



CO₂-Äquivalent in Gramm je Kilogramm Lebensmittel.
Quelle: GEMIS, Zahlen publiziert von tagesschau.de

Wie steht es eigentlich um die Klimabilanz von Brot? Diese Grafik zeigt es.



Bewahren Sie sich vom reifen Sauerteig immer einen Rest als Starter auf. Dieses sogenannte Anstellgut hält sich gekühlt bis zu zwei Wochen, wird aber idealerweise nach sieben bis zehn Tagen aufgefrischt. Dazu 10 g Anstellgut mit 50 g Roggenmehl und 50 ml warmem Wasser verrühren und erneut 24 Stunden reifen lassen.

VORTEIGE UND SAUERTEIGE

In vielen Rezepten in diesem Buch kommen Vorteige oder Sauerteige zum Einsatz. Daher wird hier deren Herstellung im Detail erklärt. Falls für ein Rezept eine Abweichung von den folgenden Rezepturen erforderlich ist, wird es dort entsprechend vermerkt.

SAUERTEIG

Wer keinen Sauerteig zu Hause hat, kann ihn beim Bäcker seines Vertrauens erwerben oder selbst herstellen, was beim ersten Mal rund eine Woche dauert. Benötigt werden dazu nur Roggen- oder Weizenvollkornmehl und Wasser, je nachdem ob es ein Roggen- oder Weizensauerteig werden soll. Die folgende Anleitung funktioniert mit beiden Getreiden.

TAG 1

Vermischen Sie in einem Einmachglas 30 g Vollkornmehl mit 30 g lauwarmem Leitungswasser. Rühren Sie mit einem sauberen Löffel gut durch, verschließen Sie das Glas locker und lassen Sie den Sauerteigansatz rund 24 Stunden bei ca. 28°, zum Beispiel in der Nähe einer Heizung reifen.

TAG 2

Fügen Sie dem Ansatz von Tag 1 erneut 30 g Vollkornmehl sowie 30 g lauwarmes Wasser zu und lassen Sie die neue Mischung wieder rund 24 Stunden bei ca. 28° reifen. Dabei bilden sich Blasen und es entsteht zuweilen ein unangenehmer Geruch, den Sie aber ignorieren können.

TAG 3

Im nächsten Schritt vermischen Sie in einem neuen Glas 30 g des Ansatzes von Tag 2 abermals mit 30 g Mehl und 30 g lauwarmem Wasser. (Der Rest des alten Ansatzes kann entsorgt werden.) Die Mischung darf dann wieder 24 Stunden bei ca. 28° reifen. Dabei sollte sie an Volumen zulegen.

TAGE 4-6

Wiederholen Sie die Maßnahmen von Tag 3 und entnehmen Sie jeweils 30 g des Ansatzes, um ihn weiterzuführen. (Der Rest des Ansatzes kann entsorgt oder einem Brotteig zugegeben werden.) Der Ansatz sollte inzwischen deutlich angenehmer duften als am zweiten Tag und sein Volumen während der Reife verdoppelt haben.

TAG 7

Wiederholen Sie abermals den Schritt von Tag 3, allerdings nicht mehr nur einmal, sondern morgens und abends. Die Reifezeit verkürzt sich demnach auf ca. 12 Stunden.

Nach einer Woche können Sie prüfen, ob der Sauerteig bereit ist. Dazu geben Sie ein Stück Teig in eine Schüssel mit zimmerwarmem Wasser: Schwimmt er, ist er gebrauchsfertig. Ansonsten wiederholen Sie einfach die Arbeitsschritte von Tag 7 noch weitere Tage, bis der Sauerteig so weit ist.

Der vollreife Sauerteig kann nun zum Brotbacken verwendet werden. Mit kleinen Portionen (Anstellgut) lässt sich zudem frisch angesetzter Sauerteig »impfen«.



GEPRÜFTER
BROT
SOMMELIER

Ricardo Fischer

Ricardo Fischer

Damit Backwaren rundum so gut gelingen wie in der Biobäckerei »Brotprofi« im sächsischen Lossatal, wo seit 2012 mit Fokus auf hauseigene Sauerteige und natürliche regionale Biorohstoffe echt handgemachte Brotspezialitäten gefertigt werden, braucht es viel Zeit und Aufmerksamkeit. In jedem der natürlichen Brotlaibe von Ricardo Fischer steckt eine gehörige Portion

Individualität, denn der Sauerteig, die Backofentemperatur, ja selbst die Tageszeit haben, wie er sagt, Einfluss auf den Geschmack und die Haltbarkeit eines Brotes - und natürlich auch auf seine Wirkung auf Leib und Seele. Sein Wissen teilt der Bäckermeister und geprüfte Brot-Sommelier unter dem Username @brotprofi mit vielen anderen Brotliebhabern - Hunderttausende Follower hat er auf TikTok, Instagram und YouTube. Und in jedem seiner Beiträge merkt man, dass hier einer echtes Handwerk betreibt. Aus Passion und mit Liebe.

Für das Rezept auf der nächsten Seite haben ihn kulinarische Erinnerungen an den Süden inspiriert. Herausgekommen ist ein herrlich aromatisches und locker luftiges Zwirbelbrot mit goldbrauner Kruste, lebhaften Rissen und rustikaler Optik. Die klassisch wilde Porung im Inneren sowie die leichte lockere Krume haben uns ebenso überzeugt wie die milde Säure und die fruchtigen Aromen des Lievito Madre gepaart mit einem ausgewogenen Salzgehalt. Für uns braucht es dazu nicht viel mehr als ein bisschen sehr gutes Olivenöl, Knoblauch und reife Tomaten, um italienische Lebensart pur zu genießen.

Zwirbel

Für 6 Brote (à ca. 350 g)

ZUTATEN

Lievito Madre

360 g Weizenmehl (Type 550)
oder italienisches Weizenmehl
(Tipo 0)
360 g reife Lievito Madre
(siehe Seite 46 f.)

Autolyseteig

660 g Weizenmehl (Type 550)
oder italienisches Weizenmehl
(Tipo 0)

Hauptteig

900 g Lievito Madre
1095 g Autolyseteig
23 g Salz

Topping

30 g Hartweizenmehl
(+ Mehl zum Arbeiten)

Außerdem

etwas sehr gutes Olivenöl

LIEVITO MADRE

Alle Zutaten mit 180 g lauwarmem Wasser von Hand in einer Schüssel vermischen, bis das Wasser gebunden ist. Den Teig abdecken und 3–4 Std. bei Zimmertemperatur reifen lassen.

AUTOLYSETEIG

Das Mehl und 435 g kaltes Wasser mit dem Löffel in einer Schüssel verrühren, bis das Wasser gebunden ist. Den Teig abdecken und 1–2 Std. bei Zimmertemperatur quellen lassen.

HAUPTTEIG

Lievito Madre in 200 g kaltem Wasser auflösen. Den Autolyseteig dazugeben, das Salz zufügen und alles in der Küchenmaschine mit dem Knethaken 8–12 Min. bei niedriger Stufe vermischen. Anschließend auf hoher Stufe 1–3 Min. zu einem glatten Teig auskneten.

TEIGREIFEZEIT UND FORMEN

Den Teig in eine mit Olivenöl ausgestrichene Schüssel geben, einen Deckel leicht auflegen, aber nicht verschließen und 3–5 Std. bei Zimmertemperatur reifen lassen. Dabei nach 1 Std. und nach 2 Std. den Teig – am besten in der Schüssel – jeweils einmal dehnen und falten. (Je nachdem, wie sich der Teig entwickelt hat, evtl. nach 3 Std. und nach 4 Std. nochmals dehnen und falten.)

FORMEN UND GARE

Hartweizenmehl auf die Arbeitsplatte streuen und den Teig vorsichtig aus der Schüssel kippen. In 6 gleich große längliche Portionen teilen, diese jeweils längs verzwirbeln und verdrehen und danach auf einen Schießler setzen.

BACKEN

Den Backofen mit Blech (Mitte) mind. 30 Min. auf 250° (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Drei Brote auf das Blech schießen, 20 g kaltes Wasser auf den Boden des Ofens gießen und die Ofentür schnell schließen. Die Brote ca. 25 Min. backen. Dabei nach den ersten 10 Min. die Temperatur auf 230° reduzieren. Die anderen Brote ebenso backen.





Elisabeth Vielhaber

Schon als kleines Mädchen, so hat es uns Elisabeth Vielhaber erzählt, war für sie das regelmäßige Highlight, am Samstag mit den Bäckerinnen und Bäckern des elterlichen Betriebs einen Hefezopf mit Streuseln zu backen. Nach einem BWL-Masterstudium in Karlsruhe wurde sie dann selbst Bäcker- und Müllermeisterin, genau wie vor ihr der Vater, Großvater und Urgroßvater. Damit geht die Mühlenbäckerei Vielhaber in Sundern-Stockum, eines der zehn ältesten Unternehmen im Sauerland, in die siebte Generation. Seit April 2022 ist Elisabeth Vielhaber außerdem noch Brot-Sommelière und hat im Rahmen der Weiterbildung das Konzept mit »Emma & Roggolino« für Grundschulen entwickelt. Bis heute haben schon mehr als 2200 Kindern erfahren, welchen Weg das Korn zurücklegt, bis es als Brot auf unsere Teller kommt. Die Vielhaber'sche Mühlenbäckerei vereint, wie der Name schon sagt, Mühle und Bäckerei unter einem

Dach. In der Mühle, die sich seit mehr als 200 Jahren im Familienbesitz befindet, werden jährlich rund 450 Tonnen Roggengetreide von heimischen Landwirten zu frischem Mehl vermahlen und unmittelbar verbacken. So schmeckt man die volle Kraft des Getreides.

Das zeigt auch das für unser Buch ausgewählte Siegerbäcker-Brot. Für manche erscheint es vielleicht nur als einfaches Roggenmischbrot, aber für Elisabeth Vielhaber ist es eine absolute Handwerksspezialität. Seine saftige Krume und die intensive Kruste voller Röstaromen verdankt es dem fein abgestimmten Sauerteig mit ausgewogener Geschmacksnote und der starken Anfangshitze. Genau so muss ein Brot schmecken. In der Bäckerei empfehlen sie dazu übrigens etwas Butter, Rauchschinken, Gewürzgurken und ein paar frisch geschnittene Schnittlauchröllchen – oder als vegetarische Alternative Camembert mit Preiselbeerkompott und Thymian.

Siegerbäcker

Für 1 Brot (ca. 500 g)

ZUTATEN

260 g Roggensauerteig
(siehe Seite 45)
120 g Roggenmehl (Type 997)
55 g Weizenmehl (Type 550)
55 g Weizenmehl (Type 1050)
(+ Mehl zum Arbeiten)
6 g frische Hefe
7g Salz

Besondere Hilfsmittel

Gärkörbchen
Pizzastein (optional)

TEIG

Alle Zutaten sowie 120 ml Wasser (33°) in der Küchenmaschine mit dem Knethaken 8-10 Min. bei unterer Stufe verkneten, sodass ein gleichmäßiger Teig entsteht. Abgedeckt 10 Min. ruhen lassen. Bei einem Roggenmischbrot ist die Teigtemperatur entscheidend: Sie sollte idealerweise bei 26-28° liegen.

TEIGREIFEZEIT, FORMEN UND GARE

Den Teig zu einer Kugel formen, leicht drücken und danach eine Seite des Teigstücks in die Mitte einschlagen, um eine ca. 30 cm lange Rolle zu formen. Die Hände können zwischendurch immer wieder mit Mehl bestäubt werden, damit der Teig nicht zu sehr klebt. Die Teigrolle mit der Nahtstelle nach unten in ein bemehltes Gärkörbchen geben und zugedeckt 35 Min. ruhen lassen. Danach die Oberfläche des Teiges leicht mit Mehl bestäuben und den Teigling (ohne ihn aus dem Körbchen zu nehmen) weitere 10 Min. ruhen lassen - diesmal aber nicht abgedeckt. Dadurch verhautet die Teigoberfläche und reißt während des Backens schön auf, sodass eine lebendige Kruste entsteht.

BACKEN

Den Backofen mit Pizzastein oder Backblech (Mitte) auf 250° (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Das Brot vorsichtig mit der Naht nach unten auf den heißen Stein bzw. das heiße Blech kippen. Ein Schnapsglas voll Wasser auf den Boden des Backofens gießen und den Ofen dann schnell schließen. Das Brot nun 60 Min. backen, dabei nach 5 Min. die Ofentür kurz öffnen, damit der Dampf wieder entweichen kann. Nach weiteren 10 Min. die Temperatur auf 200° reduzieren. Wer eine hellere Kruste möchte, reduziert die Hitze in der letzten Viertelstunde noch einmal etwas.





Mango-Curry-Aufstrich

Für 4-6 Personen

ZUTATEN

1 reife, weiche Mango | 1 frische Chilischote | 1 Stück Ingwer (etwa 2-3 cm, fingerdick) | ½ Limette | 150 g Frischkäse | 100 g Magerquark | 2 TL fruchtiges Currypulver | Salz, Pfeffer

1. Die Mango schälen, das Fruchtfleisch in dünnen Scheiben vom Kern schneiden und klein würfeln. Die Chilischote waschen, der Länge nach halbieren, entkernen und würfeln. Zur Mango geben. Den Ingwer schälen und dazureiben. Die Limette halbieren und den Saft einer Hälfte auspressen. Ebenfalls zur Mango geben und dann alles vermischen.
2. In einer Schüssel den Frischkäse mit Quark, Currypulver, 2 Prisen Salz und etwas Pfeffer schaumig rühren. Den Mangomix dazugeben und locker unterheben.
3. Den Aufstrich in eine Schale füllen. Im Kühlschrank aufbewahrt hält er 2-3 Tage.

Kürbiskernfrischkäse

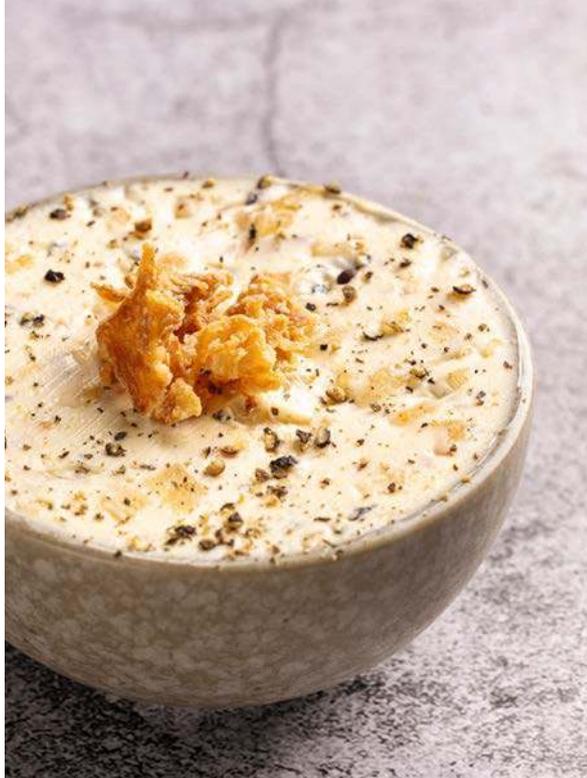
Für 4-6 Personen

ZUTATEN

100 g steirische Kürbiskerne | 300 g Doppelrahmfrischkäse | Salz | ½ Zitrone | 2-3 EL steirisches Kürbiskernöl

1. Die Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten, bis sie aufploppen. Auf einen Teller geben, abkühlen lassen und anschließend fein hacken.
2. In einer Schüssel den Frischkäse mit 2 Prisen Salz, 1 Spritzer Zitronensaft und dem Kürbiskernöl glatt rühren. Zuletzt die gehackten Kürbiskerne untermischen.
3. Den Aufstrich in eine Schale umfüllen und im Kühlschrank aufbewahren. Innerhalb von 2-3 Tagen verbrauchen.





Röstzwiebelbutter

Für 4-6 Personen

ZUTATEN

3 größere Zwiebeln | 250 g weiche Butter | Salz |
 ½ TL schwarze Pfefferkörner (z. B. Malabar, Tellicherry,
 Kubeben oder eine Mischung daraus)

1. Die Zwiebeln schälen und fein würfeln. 50 g Butter in einer Pfanne schmelzen und die Zwiebelwürfel darin bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Rühren ca. 10 Min. goldbraun anrösten. Anschließend auf einem Teller abkühlen lassen.
2. Die restliche Butter mit 2-3 Prisen Salz in der Küchenmaschine ca. 5 Min. schaumig aufschlagen, bis sie hellcremig ist. Die gerösteten Zwiebeln unterrühren. Den Pfeffer im Mörser zerstoßen, unter die Butter mischen und nach Bedarf evtl. nochmals salzen.
3. Die Röstzwiebelbutter in ein Schälchen füllen und im Kühlschrank aufbewahren und innerhalb von 4-5 Tagen verbrauchen und innerhalb von 20-30 Min. bei Zimmertemperatur temperieren.

Kartoffelkäse

Für 4-6 Personen

ZUTATEN

2-3 gegarte Kartoffeln (vom Vortag) | 250 g Speisequark (20 % Fett) | 2 EL saure Sahne | 4-5 Zweige Thymian | 1 Bund Schnittlauch | Salz, Pfeffer

1. Die Kartoffeln pellen und über die feine Seite der Küchenreibe oder mithilfe einer Küchenmaschine in eine Schüssel reiben. Den Quark und die saure Sahne zugeben.
2. Thymian und Schnittlauch waschen und trocken tupfen. Den Thymian abzupfen und hacken, den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Die Kräuter, 2-3 Prisen Salz und etwas Pfeffer zu den Kartoffeln geben und alle Zutaten glatt rühren. Abschmecken.
3. Den Kartoffelkäse in eine Schale umfüllen und servieren oder im Kühlschrank aufbewahren. Innerhalb von 2-3 Tagen verbrauchen.

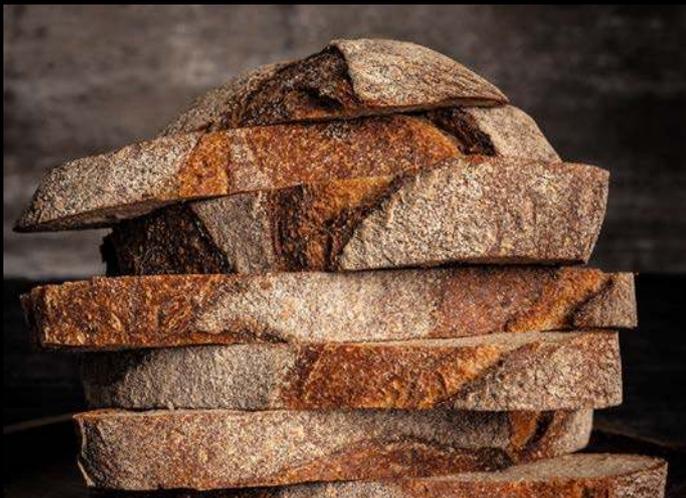






Der Geruch des Brotes ist
der Duft aller Düfte.
Es ist der Urduft unseres
irdischen Lebens,
der Duft der Harmonie,
des Friedens und der
Heimat.

Literaturnobelpreisträger
Jaroslav Seifert, 1901-1986



Genussvolle Brotmomente mit den besten Bäckerinnen und Bäckern

**Mehl, Wasser, Salz, dazu etwas Sauerteig oder Hefe:
mehr braucht es nicht zum Brotbacken.**

**Und wenn dann noch eine gehörige Portion Leidenschaft dazukommt,
wird aus dem Laib ein duftendes, knuspriges Kunstwerk
voller herrlicher Aromen.**

**Dieses Buch feiert das Brot, die Brotkultur und ihre Bäckerinnen und Bäcker –
und will dazu inspirieren, es auch selbst einmal mit dem Backen zu versuchen.**

**Entdecken Sie über 40 Rezepte von Johann Lafers Lieblingsbäckern
und dazu eine Auswahl feiner Aufstriche, die er speziell für ihre
Backwerke kreiert hat.**

Macht die Küche zur Backstube!



WG 457 Backen
ISBN 978-3-8338-9144-1



9 783833 891441