

# Das einfachste Brotbackbuch der Welt



Brotbacken war noch nie so einfach!

Für die Rezepte in diesem Buch benötigen Sie nur maximal 5 Zutaten, um köstliche Klassiker wie Vollkornbrot und Baguette oder Trendbrote wie Zupfbrot und Monkey Bread herzustellen. Auch glutenfreies Brot oder Low-Carb-Varianten lassen sich mit diesen einfachen Rezepten im Handumdrehen zubereiten.

Ein weiterer Vorteil: Viele der Rezepte erfordern nicht einmal mehr langwieriges Kneten. Bauernbrot aus dem Topf oder No-Knead-Weizenbrötchen reicht nach der Gehzeit etwas Falten und Dehnen und schon geht es in den Ofen. Auch Fans von süßen Broten wie Brioche oder Bananenbrot kommen voll auf ihre Kosten. Herrlich, wenn der Duft von frisch gebackenem Brot durch die Küche zieht.

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



Das einfachste Brotbackbuch der Welt

weltbild

# Das einfachste Brotbackbuch der Welt



Viele Rezepte  
**OHNE  
KNETEN**  
– einfach aus  
dem Topf –

Weltbild



# Inhalt

Vorwort	4
Einleitung	6
Klassische Brotvielfalt	14
Raffinierte Trendbrote	46
Süße Brote & Brötchen	72
Register	95

# Vorwort

Frühmorgens in die Backstube einer Bäckerei gehen und dort – eingehüllt in unwiderstehliche, verführerische Düfte – frische, knackige Brötchen, die direkt aus dem Ofen kommen, kaufen? Heute ist das kaum noch möglich. In den meisten Filialen werden allenfalls noch Teiglinge in den Mini-Backofen geschoben, das Gros der Backwaren in „Großbäckereien“ produziert. Trotz aller Vielfalt – mittlerweile soll es laut Brotregister allein in Deutschland rund 3200 Brotsorten geben – haben Geschmack und Konsistenz erheblich gelitten, weil es kaum noch Produkte gibt, die nach guter, alter Handwerkskunst gefertigt werden. Zusatzstoffe wie etwa Enzyme beschleunigen zwar das Herstellungsverfahren, lassen Brot und Brötchen aber gleich schmecken. Was liegt da näher, als wieder selbst die Knehtaken in die Hand zu nehmen und sich mit Knusper-Krusten, hinter denen sich eine leckere, weiche Krume verbirgt, zu belohnen? Ob für Frühstück, Brunch, als Pausensnack oder fürs festliche Partybüfett: Aus der eigenen Backstube schmeckt es einfach am besten!

Sein eigenes Brot zu backen, hat etwas Ursprüngliches und macht Spaß. Und es geht leichter, als viele denken. Für diese Brotrezepte müssen Sie nämlich keinen langen Einkaufszettel „abarbeiten“, sondern können mit fünf oder weniger Hauptzutaten die herrlichsten Brotkreationen zaubern. Und wer keine Lust auf langwieriges Kneten hat, sollte sich die No-Knead-Rezepte genauer ansehen. Bei diesem Brotbacktrend aus den USA erhält man mit ein paar Tricks und Kniffen herrlich weiches Brot mit einer knackigen Kruste – und das ganz ohne Kneten.

Worauf warten Sie also? Wenn es nach würzigem Roggenbrot, butterzarten Brioche und verführerischem Bananen- oder Olivenbrot duftet, versammeln sich alle gern am Tisch, um in geselliger Runde gemeinsam das frische Brot anzuschneiden. Geruch, Geschmack und Konsistenz von Selbstgebackenem sind einfach unverwechselbar.



# Einleitung

„Erfunden“ wurde das „Brot“ (von althochdeutsch: prôt) schon vor rund 10.000 Jahren, als unsere Vorfahren begannen, Getreide anzubauen. Mischten sie anfangs noch zerstoßene Einkorn- und Emmer-Körner mit Wasser, um diese anschließend als nahrhaften Brei zu essen, kam ein kluger Kopf irgendwann auf die glorreiche Idee, diesen Brei auf einem heißen Stein oder in Asche zu backen. Das harte „Fladenbrot“ sättigte genauso gut, war aber länger haltbar als der Getreidebrei. Das erste lockere Brot, das unserem ähnelte, bereiteten vor rund 6000 Jahren die alten Ägypter in Steinöfen zu. Sie verstanden sich auch schon auf den Prozess der Gärung mithilfe von Hefepilzen und Milchsäurebakterien aus der Luft. Letztere vermehren sich im Teig, setzen dabei Kohlendioxid frei und lockern den Teig. Die Römer perfektionierten die Brotbackkunst in „Großbäckereien“ und machten sie schließlich auf ihren Eroberungszügen in ganz Europa bekannt. Bereits vor 1300 Jahren wurden in den mittelalterlichen Städten Deutschlands die ersten Bäckereien eröffnet. Besonders geschätzt war zu dieser Zeit das Weißbrot. Dementsprechend teuer war es auch, sodass die einfache Bevölkerung es sich nicht leisten konnte. Stattdessen mussten die weniger Wohlhabenden sich mit dunklem Brot begnügen. Aus diesen Anfängen hat sich Brot zu einem grundlegenden Bestandteil unserer Ernährung entwickelt. „Brot und Salz, Gott erhalt's“, sagt man, wenn man lieben Menschen zum Einzug in ihr neues Heim traditionell ebendieses überreicht und ihnen damit viel Glück in ihren neuen vier Wänden wünscht.

## Alles, was ein gutes Brot braucht

Damit ein Brot gut aufgeht, eine leckere Kruste und weiche Krume – so nennt man das Innere des Brotes – bekommt, benötigen Sie nichts weiter als Mehl, Salz, Wasser, Hefe oder Sauerteig. Oder Backpulver, wenn es schnell gehen soll. Das gilt natürlich auch für Brötchen. Der Grundstoff schlechthin ist Mehl. Die im Handel erhältlichen Mehle sind typisiert. Was heißt das genau? Die Mehlsorte gibt die Menge an Mineralstoffen in Milligramm an, die beim Verbrennen von 100 g Mehl übrig bleiben. Ein Mehl der Type 405, das gän-



gige Haushaltsmehl, das in jedem Vorratsschrank steht, enthält im Durchschnitt 405 Milligramm Mineralstoffe. Je höher die Typenzahl, desto höher der Mineralstoffgehalt. Vollkornmehl und Vollkornschrot werden nicht typisiert, da in ihnen die maximale Mineralstoffmenge enthalten ist. Wenn Sie regelmäßig Brot backen möchten, weil Ihnen die 5-Zutaten-Rezepte in diesem Buch so gut gefallen und gelingen, sollten Sie folgende Weißmehle kennen: Mehl Type 405 eignet sich für Weißbrote, Fladenbrote oder Baguette. Die Type 550 ist etwas kräftiger im Geschmack und eignet sich für Weißbrote und Brötchen gleichermaßen. Das dunklere Mehl der Type 812 besitzt sehr gute Backeigenschaften – ideal für helle Misch- und Mehrkornbrote. Die Type 1050 ist ein dunkles Mehl mit kräftigem Geschmack, das sich sehr gut für Mischbrot und andere herzhaftere Brote und Brötchen verwenden lässt. Ebenfalls typisiert im Handel erhältlich sind Dinkelmehle. Am häufigsten verwendet wird die Type 630, das Mehl hat einen nussigen Geschmack und lässt sich wie Weizenmehl verwenden. Gleiches gilt für die Typen 812 und 1050. Wer glutenhaltiges Mehl nicht verträgt, verwendet eine Allzweck-Mehlmischung aus zwei Teilen Mehl ohne Gluten, einem Teil Stärkemehl ohne Gluten (z. B. Kartoffelstärke) und einem Bindemittel (z. B. Tapioka). Zu den glutenfreien Mehlen gehören u. a.: Buchweizenmehl, Amaranthmehl, Hirsemehl, Mandelmehl oder Reismehl. Im Handel gibt es auch

# Roggenbrot

## Zutaten für 1 Brot



700 g Roggenmehl  
und etwas Mehl für  
die Form



1 Pck. Trockenhefe



2 TL Apfelessig

außerdem:  
2 TL Salz

**Pro Brot:** ca. 2280 kcal, 61 g EW, 9 g F, 473 g KH

**Zubereitung:** ca. 10 Min. + Backzeit ca. 50 Min.

1. Roggenmehl, Hefe und Salz in eine große Schüssel geben und vermischen. Apfelessig und 500 Milliliter lauwarmes Wasser zugeben und alles mit den Händen zu einem gleichmäßigen Teig verkneten. Teig mindestens 2 Stunden an einem warmen Ort ruhen lassen. Backofen auf 170 °C (Umluft: 150 °C) vorheizen.
  2. Teig in eine bemehlte Kastenform geben und im vorgeheizten Backofen ca. 50 Minuten backen. Roggenbrot in der Form abkühlen lassen.
- ! Sind Sie unsicher, ob das Brot gut durchgebacken ist? Hier hilft die Klopfprobe: Einfach mit den Fingerknöcheln auf die Unterseite des Brotes klopfen. Klingt es hohl, ist es durchgebacken. Hört es sich eher dumpf an, sollte das Brot noch einige Minuten im Backofen verbleiben.



# Ciabatta

## Zutaten für 1 Brot



500 g Weizenmehl und  
etwas Mehl zum  
Bestäuben



1 Pck. Trockenhefe



30 ml Olivenöl

außerdem:  
2 TL Salz, 1 TL Zucker

**Pro Brot: ca. 2040 kcal, 53 g EW, 33 g F, 369 g KH**

**Zubereitung: ca. 10 Min. + Backzeit ca. 25 Min.**

**1.** Mehl, Hefe, Salz und Zucker in eine große Schüssel geben und vermischen. Olivenöl und 300 Milliliter lauwarmes Wasser zugeben und mit den Knetaken des Handrührgerätes zu einem gleichmäßigen Teig verkneten. Teig abgedeckt ca. 45 Minuten an einem warmen Ort ruhen lassen. Backofen auf 200 °C (Umluft: 180 °C) vorheizen. Backblech mit Backpapier auslegen.

**2.** Teig in Form bringen, mit Mehl bestäuben und auf das Backpapier legen. Im vorgeheizten Backofen ca. 25 Minuten backen.



# Fladenbrot

## Zutaten für 2 Brote



1 Würfel Hefe



500 g Weizenmehl und  
etwas Mehl für die  
Arbeitsfläche



50 g weiche Butter



1 Ei



2 EL Sesam

außerdem:  
2 TL Salz,  
1 TL Zucker

**Pro Brot:** ca. 1179 kcal, 34 g EW, 31 g F, 185 g KH

**Zubereitung:** ca. 30 Min. + Backzeit ca. 20 Min.

- 1.** Hefe und Zucker in 250 Milliliter lauwarmem Wasser auflösen. Mehl in eine große Schüssel geben und in die Mitte eine Mulde drücken. Hefewasser hineingießen. Butter, Ei und Salz zugeben und alles mit den Knethaken der Küchenmaschine mindestens ca. 5 Minuten kneten. Mit den Händen zu einem Teig verkneten und zu einer Kugel formen. Abgedeckt ca. 40 Minuten ruhen lassen.
- 2.** Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche legen und kurz durchkneten. Teig halbieren. Jedes Teigstück zu einem runden Fladen (ca. 25 Zentimeter im Durchmesser) ausrollen. Backblech mit Backpapier auslegen und Fladen darauflegen. Abgedeckt weitere ca. 10 Minuten ruhen lassen. Mit nassen Fingern oder einem Messer Kerben in den Teig drücken. Fladen abgedeckt ca. 1 Stunde ruhen lassen. Backofen auf 200 °C (Umluft: 180 °C) vorheizen.
- 3.** Fladenbrote mit jeweils ca. 1 Esslöffel Wasser bestreichen und gleichmäßig mit Sesam bestreuen. Im vorgeheizten Backofen ca. 20 Minuten backen.

