

DIE GUTE ÖSTERREICHISCHE KÜCHE

# Brot & Weckerl

selber backen



Elisabeth Wagner

# *Brot & Weckerl*

selber backen



**Weltbild**

# Inhalt



## *Brot selber backen* ..... 5

Zutaten fürs Brot ..... 6	Den Teig zubereiten ..... 10
Das Brot lockern ..... 8	Das Backen ..... 12



## *Die besten Brote* ..... 15

Roggenbrot ..... 16	Mischbrot ..... 22
Holzofen-Bauernbrot ..... 18	Gewürztes Hausbrot ..... 24
Weizenbrot ohne Germ ..... 20	Gemüsebrot ..... 26

Kerndlbrot .....	28	Schneckerlbrot mit Zwiebeln ...	48
Hildegard-Dinkelbrot .....	30	Gerstbrot .....	50
Erdäpfelbrot .....	32	Leinsamenbrot .....	52
Schnelles Buttermilchbrot .....	34	Ringbrot mit Knoblauch .....	54
Bauern-Baguette .....	36	Haferbrot mit Frischkäse .....	56
Geflochtenes Nussbrot .....	38	Grammelbrot mit Fenchel .....	58
Käse-Kräuterbrot .....	40	Schrotlaib .....	60
Brot mit Pesto .....	42	Dillbrot mit Sesam .....	62
Holzhackerbrot .....	44	Holzofen-Fladenbrot .....	64
Kastenweißbrot .....	46	Paradeiser-Brot .....	66



## *Weckerl & Co.* .....

69

Sesam-Buttersemmeln .....	70	Olivenweckerl .....	84
Milchsemmeln .....	72	Kaffeesemmeln .....	86
Bierweckerl .....	74	Specklaiberl .....	88
Blütensemmeln .....	76	Kukuruz-Laiberl .....	90
Brezen .....	78	Mohnsemmeln .....	92
Kürbisweckerl .....	80	Salzstangerl .....	94
Vollkornsemmeln ohne Germ ..	82		

Bildnachweis/Über dieses Buch .....

96





## *Brot selber backen*

Brotbacken ist ganz einfach, weil Sie nur wenige Zutaten brauchen. Lesen Sie auf den folgenden Seiten, worauf es beim guten Gelingen wirklich ankommt.

# Zutaten fürs Brot

Für ein gutes Brot brauchen Sie ganze vier Zutaten: Getreide und Wasser als Grundlagen, Salz für das Aroma und Sauerteig oder ein anderes Treibmittel (→ Seite 8) für die lockere Krume. Samen, Kerne und Nüsse, Gewürze und Kräuter, Flüssigkeiten wie Buttermilch, Bier oder Milch steuern nur weitere Geschmacksnuancen bei, entscheiden aber nicht über das Gelingen des Brotes.

## GRUNDLAGE GETREIDE

Am einfachsten kann man mit Weizen und Dinkel backen, weil diese Getreidesorten genügend Klebereiweiß

(Gluten) aus den beiden Proteinen Prolamin und Glutelin enthalten. Vermischt man glutenhaltiges Getreide mit Wasser oder anderer Flüssigkeit und knetet den Teig, hält er bereits roh so gut zusammen, dass man ihn formen oder ausrollen und schneiden kann. Die Hitze im Backrohr lässt den Kleber dann erstarren, das Brot wird zwar durch das Treibmittel locker, aber fest genug zum Aufschneiden.

Roggen, das typische Brotgetreide, schmeckt kräftiger, wird aber nicht so locker wie Weizenbrot, weil es weniger Klebereiweiß enthält. Bestimmte





Ballaststoffe in Roggenmehl sind besonders quellfähig, sodass man mehr Wasser für den Teig braucht. Außerdem spielt das Treibmittel eine wesentliche Rolle: Roggenbrote gelingen nur mit Sauerteig oder einer Mischung aus Sauerteig und Germ.

Gerste und Hafer ergeben würzige, kompakte Brote mit fester Krume, weil der Kleberanteil in diesen Getreidearten geringer ist. Damit das Brot locker wird, mischt man deshalb Weizen oder Dinkel unter den Teig.

#### **DIE FLÜSSIGKEIT**

Wasser eignet sich für jeden Teig, steht immer zur Verfügung, ist neutral im Geschmack und macht Brot und Semmeln knuspriger als Milch. Anstelle

von frischem Wasser können Sie auch das abgekühlte, mineralstoffreiche Kochwasser von Teigwaren, Reis oder Gemüse nehmen.

Bier, vor allem Hefeweizenbier, beschleunigt die Gärung und eignet sich deshalb für Brot und Semmeln, die man rasch backen will. Auch Sauermilchprodukte, die geschmacklich zu jedem Teig passen, tragen zur Lockerung bei, weil sie genau wie Sauerteig oder Backferment Milchsäurebakterien enthalten.

Milch nimmt man für flaumige Semmeln und Kastenbrot, weil sie Kruste und Brotkrume weicher macht. Vor allem zu Teig mit Eiern und/oder Butter passt süße Milch besonders gut.

# Das Brot lockern

Sauerteig, Germ und Backferment sind Treibmittel aus Mikroorganismen, die den Teig lockern, indem sie sich vermehren und die Fermentation in Gang setzen: Indem Hefezellen in Germ, Milchsäure- und Essigsäurebakterien in Sauerteig und Backferment die Kohlenhydrate im Mehl teilweise abbauen, entsteht Kohlendioxid, dessen Gasbläschen den Teig aufplustern – ähnlich wie Luft im Luftballon. Und wie die Gummihülle des Ballons die Luft umschließt, bildet sich auch im Teig um jedes CO<sub>2</sub>-Bläschen eine Hülle aus Klebereiweiß.

## DIE TREIBMITTEL

Sauerteig gibt es als weichen Brei und als Pulver im Reformhaus, Bioladen und Supermarkt zu kaufen. Doch am besten schmeckt Brot mit selbst gemachtem Sauerteig, den Sie sowohl mit Roggen als auch mit Weizen zubereiten können – in den Rezepten finden Sie beide Arten. Roggensauerteig ist kräftig im Aroma und eignet sich für jedes Brot, während der mildere Weizensauerteig gut zu hellen Broten, zu Semmeln und sogar zu süßen Broten



passt. Backferment aus dem Reformhaus oder Bioladen ist ein Treibmittel aus Honig, Erbsen, Weizen und Mais, das man wie Sauerteig zum Grundansatz anrührt (→ unten). Sie können das Granulat aber auch wie Trockenferment verwenden. Beispiele finden Sie in den Rezepten.

## SAUERTEIG SELBST MACHEN

Für Roggensauerteig 100 g Roggenvollkornmehl oder Roggenschrot mit etwa 1 TL gekauftem oder selbst gemachtem Sauerteig und 1 EL Joghurt in eine Schale geben und mit 200 bis 250 ml sehr warmem Wasser verrühren, bis die Mischung dickflüssig wie dicker Palatschinkenteig ist. Mit einem Tuch abgedeckt 2 bis 3 Tage in einem warmen Raum stehen lassen: Am besten gelingt Sauerteig bei Temperaturen zwischen 25 und 30 °C.

Sobald der Teig Blasen bildet und säuerlich wie gutes Brot riecht, rühren Sie ihn ein paar Mal um und lassen ihn noch einen Tag zugedeckt warm rasten. Nun mit einem Kaffeelöffel ein wenig Teig kosten: Wenn er angenehm säuerlich schmeckt, ist er fertig zum Brotbacken.

Weizensauerteig wird mit 50 g Weizenschrot und 50 g Weizenmehl an-



stelle von Roggen wie der Roggensauerteig zubereitet. Zum Aufbewahren den Sauerteig portionsweise einfrieren oder in ein Einmachglas füllen, den Deckel lose auflegen und das Glas in den Kühlschrank stellen.

#### **BACKFERMENT-GRUNDANSATZ**

Der Backferment-Grundansatz wird wie Sauerteig zubereitet und aufbewahrt; die genaue Anleitung steht auf dem Beipackzettel zur Packung. Wenn Ihnen die angegebenen Mengen zu groß sind, machen Sie es einfach so: In einem Schraubglas 1 gehäuften TL Backferment, 2 EL Weizenschrot und 1 EL Weizenmehl W480 verrühren und so viel warmes Wasser untermischen, bis die Mischung in der Konsistenz wie gerührter Joghurt

aussieht. Das Glas mit einem Stück Küchenpapier abdecken, das Papier mit einem Gummiband fixieren und die Mischung etwa 18 Stunden in einem warmen Raum zwischen 25 und 30 °C rasten lassen, bis sich feine Bläschen bilden. Nun das Wasser, das sich an der Oberfläche absetzt, wieder untermischen. Dann noch einmal mit 3 EL Weizenvollkornmehl und so viel warmem Wasser wie für dicken Joghurt verrühren und 7 Stunden mit dem Küchenpapier bedeckt warm stellen. Wenn der Ansatz fein säuerlich riecht, ist er fertig und kann verwendet werden.

! Sauerteig und Backferment müssen beim Anrühren und Aufbewahren weich wie Joghurt sein, sonst kann sich Schimmel bilden.

# Den Teig zubereiten

Brot und Semmeln gelingen leichter als Kuchen und Torten, weil Sie weniger Zutaten brauchen.

Für die Zubereitung gibt es nur vier Grundregeln:

➤ Die Salzmenge muss stimmen, damit das Aroma »rund« wird: Pro 100 g Mehl rechnen Sie 2 g Salz, die Sie mit einer Digitalwaage abwiegen sollten.

➤ Die Menge der Flüssigkeit muss stimmen, damit sich Hefezellen und Bakterien vermehren können und der Teig aufgeht. Für geformtes Brot auf dem Blech brauchen Sie pro 100 g Mehl 50 bis 70 ml Flüssigkeit, für Brot in der Form rechnen Sie zwischen 80 und 100 ml pro 100 g Mehl. Nehmen Sie lieber mehr Flüssigkeit als zu

wenig, denn beim Kneten nach dem Rasten können Sie immer noch Mehl unterkneten, wenn der Teig zu weich ist. Flüssigkeit dagegen kann man nicht mehr zugeben.

➤ Nach dem Rühren muss der Teig rasten, damit Hefezellen im Germ, die Essig- und Milchsäurebakterien in Sauerteig und Backferment aktiv werden. Dann bildet sich Kohlendioxid, das den Teig lockert.

➤ Nach dem Rasten wird geknetet – mit der Hand, wenn Sie das Brot formen oder Semmeln aus dem Teig drehen – mit Handmixer oder Küchenmaschine, wenn Sie das Brot in der Form backen, weil der Teig sehr weich ist.





### RASTEN LASSEN

Ob Sie einen Teig warm oder kalt rasten lassen, hängt vom Treibmittel ab: Sauerteig und Backferment-Grundansatz bestehen vorwiegend aus Milchsäurebakterien, die sich erst bei Temperaturen ab 25 °C vermehren, besonders intensiv ab 30 °C. Deshalb sollte Teig mit diesen Treibmitteln mindestens 6, höchstens 24 Stunden warm rasten. Hefezellen in Germ und Essigsäurebakterien, die ebenfalls in Sauerteig und Backferment vorkommen, vermehren sich auch im kühlen Raum, allerdings wesentlich langsamer. Erst nach dem Rasten und Kneten lässt man den Teig dann noch einmal warm ruhen, denn dann setzt auch die Kohlendioxid-Bildung ein, und der Teig geht rasch auf. Wenn

Sie den Teig im Backkörbchen rasten lassen, legen Sie dieses mit einem Tuch aus, das Sie kräftig mit Mehl bestreuen, damit sich der Teig nach dem Rasten aufs Blech oder den Brotschieber stürzen lässt.

- ! Teig ohne Germ geht erst im Backrohr und nicht schon beim Rasten richtig auf.

Während der Ruhephase müssen Sie den Teig mit einem Küchentuch über der Schüssel oder der Form abdecken, damit er nicht austrocknet. Teig mit Backferment und Sauerteig, der stundenlang warm ruhen muss, schützen Sie vor dem Austrocknen, indem Sie ein feuchtes Tuch direkt auf die Teigoberfläche legen.



# Das Backen

Fast jedes Brot und viele Semmeln gelingen am besten, wenn man sie wie im Holzofen mit abgestufter Temperatur backt: Von starker Hitze beim Einschieben über mittlere Hitze zum Durchbacken bis zum Nachziehen im abgeschalteten Rohr. Auch beim Holzofenbacken kommen die Brote in den extrem heißen Ofen, und die Temperatur sinkt während des Backvorgangs langsam ab, weil kein Brennmaterial mehr nachgelegt werden kann.

Außer Hitze im Ofen brauchen Brot und die meisten Semmeln noch genügend Feuchtigkeit beim Backen, denn

so bildet sich nicht sofort eine Kruste, das Gebäck geht auf und bleibt schön saftig. Nur bei flaumigen Semmeln mit weißem Mehl, die kurz gebacken werden, ist Wasser im Rohr nicht notwendig.

## **DAS ROHR VORHEIZEN**

Auch hier richtet man sich nach der Holzofenmethode: Das Rohr anheizen und dann erst das Gebäck einschieben. Ausnahme sind große Brote, die in der geschlossenen Form gebacken werden. Man schiebt sie ins kalte Rohr, denn beim Aufheizen geht der Teig noch weiter auf, bis die höchste Hitze

erreicht ist. Durch die allmähliche Verringerung der Hitze kann das Brot durchbacken, ohne eine zu harte Kruste zu bilden und zu dunkel zu werden.

#### **DIE GARPROBE**

Die Backzeiten bei den Rezepten sind ziemlich genaue Richtwerte. Doch ganz exakt kann man die Backzeit nicht angeben, denn sie hängt vom Backrohr und sogar von der Backform ab. Deshalb ist die Garprobe wichtig.

➤ Weiches Brot in der Form prüfen Sie mit einem hölzernen Schaschlikstab: Wenn beim Einstechen und Herausziehen nur ein paar Krümel, aber keine feuchten Teigreste daran haften, ist das Brot gar.

➤ Brot vom Blech prüfen Sie durch Klopfen: Kräftig mit dem Finger auf die Unterseite des Gebäcks klopfen. Klingt es hohl, ist es gar.

➤ Brot in geschlossenen Formen stürzen Sie nach der angegebenen Backzeit auf den Backofenrost und machen

ebenfalls den Klopfest. Wenn es noch nicht gar ist, wieder in den Backofen schieben, und zwar auf dem Rost. Man muss es nicht mehr in die Form geben, weil es außen schon fest ist.

➤ Semmeln, Laiberl und Weckerl müssen an der Unterseite sichtbar gebräunt sein, Brezen sind braun und an den Seiten aufgesprungen.

#### **BACKEN IM HOLZOFEN**

Für Bauernbrot (→ Seite 18), Holzhackerbot (→ Seite 44) und Fladenbrot (→ Seite 64) finden Sie die Anleitung eigens für Holzofen und Backrohr. Doch selbstverständlich können Sie auch jedes andere Brot genau wie Brezen und Semmeln, Pizza und Focaccia, Osterbrot und Kletzenbrot im Holzofen backen. Die Anschaffung eines Holzofens für den Privathaushalt lohnt, wenn Sie regelmäßig für die Familie selber backen – auch auf Vorrat, denn frisch gebackenes Brot kann man sehr gut einfrieren, und bei Zimmertemperatur aufgetaut, schmeckt es wie frisch.

