

Brot II Vollkorn

Hinweis F

Bedeutet ein Foto, im Rezept

Mit freundlichen Grüßen

Index nicht

Hinweis für Word	67
Misch- Masch	2
Vollkorn	24

Inhaltsverzeichnis

Brot II Vollkorn	1
Hinweis F	1
Index nicht	1
Inhaltsverzeichnis	1
Misch- Masch	3
Basler Ruchbrot	3
Bauernbrot	3
Buttermilch Dinkelbrot M	4
Daktyla Griechisches Landbrot M	4
Dinkelbrot mit Buttermilch M	5
Graubrot Mischung M	6
Heidebrot mit Ananas oder Sauerkraut M	7
Herzhaftes Vollkornbrot M	8
Irisches Bauernbrot M	9
Irisches Sodabrot M	9
kerniges Quarkbrot 3 Ei M	10
Kräuter Kefir Brot M	10
Kümmelbrot M	11
Kürbiskernbrot M	12
Münsterländer Bauernstuten M	13
Ödenwälder Brotlaib	14
Rheinländer Schwarzbrot M	14
Roggen Schrotbrot mit Nüssen M	15
Schnelles Vollkornbrot M	16
Schwarzbrot aus Sauerteig M	17
Schwarzbrot I M	18

Schwarzbrot II M.....	18
Schwarzbrot nach Art des Hauses M.....	19
Schwarzbrot nach Landfrauenart M.....	20
Sesambrot M.....	20
Sonnenblumen Vollkornbrot M.....	21
Vollkorn Weizenbrot II	22
Vollkornbrot.....	22
Vollkornbrot, schnell und einfach M.....	23
Walnussbrot M.....	23
Vollkorn	24
Backpulver Brot I	24
Backpulver Brot II	25
Backpulver Brot III.....	26
Backpulver Vierkornbrot F.....	27
Brot in der Pfanne F.....	28
Brot mit Veränderungen M.....	29
Buttermilch Schwarzbrot friesisch M.....	31
Buttermilch Vollkornbrot M F.....	31
Dreikorn Brot Bo`ka	33
Veränderung beim	35
Dreikornbrot F.....	35
Dreikornbrot.....	37
Dreikornbrot Hafer F.....	38
Dreikornbrot Ohangoron.....	40
Dreikornschrotbrot Bo`ka F.....	42
Einfaches Buttermilch Vollkornbrot M.....	43
Goldtoast 2 Eigelb ?.....	44
Grünkernbrot M.....	45
Haferbrot.....	45
Irisches Brown Bread M.....	46
Körner Vollkorn Brot.....	47
Leckerer Vollkornbrot M.....	48
Maisbrot 2 Ei M.....	49
Quarkzopf 2 Ei M.....	49
Roggenbrot.....	51
Roggenbrot M.....	53
Roggenbrot mit geriebenen Äpfel F.....	55
Sauerteig M.....	56
Sauerteig Roggenmischbrot F.....	57
Schrotbrot To`ytepa.....	58
Superleckerer Vollkornbrot M.....	59
Toast Vollkorn Brot Sidaryo	60
Vollkorn Toastbrot M.....	61
Vollkorn Weizenbrot I.....	61
Vollkornbrot mit Buttermilch und Rübekraut M.....	62
Vollkornbrot mit Sonnenblumenkerne	63
Vollkornstuten aus Sauerteig M.....	64
Wiltrud mein Brot M.....	64

Hinweis F	66
PS	66
Hinweis für Word	67

Misch- Masch

Basler Ruchbrot

1 kg Weizenmehl (Typ 1050)
2 Tüten Trockenhefe
25 g Salz
550 g Wasser
1 El Brotgewürz oder Kümmel

Mehl in Schüssel sieben, Hefe und Salz zugeben, alles gut mischen.
Wasser portionsweise zugeben. Erst mit dem Kochlöffel, dann mit den Händen 10 Min. kneten. Zur Kugel formen, die in einer Schüssel mit feuchtem Tuch bedeckt am warmen Ort 2 Std. gehen lassen.

Wieder kneten, pro Brot den Teig in je ein Stück aufteilen. In ein Fladenstück Gewürz einkneten. Die Stücke zu länglichen Laiben formen, auf ein geöltes Backblech legen.

Backofen auf 200 Grad, Umluftofen 180 Grad, Gasofen Stufe 4 einschalten. Brote mit nassem Tuch bedeckt 30 Min. gehen lassen, mit kaltem Wasser bepinseln oder mit je 1 EL Mehl bestreuen. Laibe 3 bis 4 mal ca. 1 cm tief einschneiden. 1 Std. backen. Laibe umdrehen, nochmals 15 Min. backen (2 Monate tiefgekühlt haltbar).

Bauernbrot

1 1/4 kg Roggenmehl (Type 1150)
250 g Weizenmehl (Type 405)
800 g Sauerteig
1/2-3/4 l lauwarmes Wasser
50 g Salz
1 El Zucker

Die beiden Mehlsorten miteinander vermischen, eine große Mulde hineindrücken und den Sauerteig eingießen. Durchmischen. Je nach Konsistenz des Sauerteigs, das lauwarme Wasser zugeben, salzen und

zuckern. Zum Teigballen abschlagen, dann auf dem Backbrett kräftig kneten und einige Stunden zugedeckt gehen lassen. Nochmals durchkneten und zu einem länglichen, hohen Laib formen. Zugedeckt eine weitere Stunde gehen lassen. Auf ein eingefettetes Backblech legen, mehrmals mit einer Stricknadel einstechen. In den auf 225 Grad (Gas: Stufe 4) vorgeheizten Backofen schieben. Einen kleinen flachen Topf mit heißem Wasser auf den Backofenboden stellen und die Tür schließen. 1 1/2 Stunden backen lassen

Buttermilch Dinkelbrot M

Zutaten für 1 Portionen

300 ml Buttermilch, lauwarm

3 TI Kräutersalz

3 EI Öl

250 g Mehl Dinkelmehl

150 g Mehl Dinkelvollkornmehl

1 Pck. Hefe

1.5 TI Rübensirup

Zubereitung

Die angegebenen Zutaten genau der Reihe nach in den Brotbackautomaten geben. Dann auf Schnellprogramm backen. Es ist ein sehr lockeres, dunkles Brot.

Variation: Nach dem Piepen des BBA ca. 150 g gemischte Körner dazugeben Leinsamen, Sonnenblumenkerne, kernige Haferflocken usw.. Den Teig noch vor dem Backen mit Wasser besprenkeln und Körner drüberstreuen.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

20.01.06 Nicoises

Daktyla Griechisches Landbrot M

Zutaten für 1 Portionen

½ Würfel Hefe

300 ml Wasser, warmes ca 37°

350 g Mehl Hartweizenmehl

75 g Mehl Weizenvollkornmehl

75 g Maismehl

1 TL Salz

- 1 EL Öl Olivenöl
- 1 EL Honig, flüssiger
- 1 EL Milch, zum Glasieren
- 1 EL Sesam als Garnierung

Zubereitung

Die Hefe in 100 ml Wasser auflösen. Mehle und Salz zusammen in eine große Schüssel sieben, eine Mulde hineindrücken und die aufgelöste Hefe hineingeben.

Mit einem Holzlöffel ein wenig Mehl mit der aufgelösten Hefe vermischen bis eine Paste entsteht. Diesen Hefeansatz ca. 20 Minuten gehen lassen bis der Hefeansatz schaumig aufgegangen ist. Anschließend Öl und Honig hinzugeben.

Anschließend die restliche Flüssigkeit hinzugeben und mit dem restlichen Mehl auf einer bemehlten Arbeitsfläche komplett ca. 10 Minuten zu einem festen Teig kneten.

Den Teig in eine Schüssel geben, mit einem Handtuch abdecken und ca. 1,5 Stunden gehen lassen bis sich das Teigvolumen verdoppelt hat. Danach den Teig wieder gründlich 10 Minuten durchkneten und wieder 10 Minuten gehen lassen.

Den Teig in 6 gleiche Portionen teilen und zu abgeflachten Brötchen formen. Diese ganz dicht auf eine bemehltes Backblech setzen und zugeeckt erneut etwa eine Stunde gehen lassen.

Anschließend wird die Oberfläche des Laibes mit Milch eingepinselt und mit den Sesamsamen bestreut. Im vorgeheizten Backofen ca. 45 Minuten bei ca. 200° backen.

Rezept aus „Brotrezepte aus aller Welt“

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
26.10.03 Alexandra71

Dinkelbrot mit Buttermilch M

Zutaten für 1 Portionen

400 ml Buttermilch

- 350 g Mehl Dinkelvollkornmehl
- 150 g Mehl Roggenvollkornmehl
- 75 g Sonnenblumenkerne
- 1 TI Salz
- 1 TI Zucker oder Honig
- 1 Pck. Teig Trockensauerteig
- 1 Pck. Hefe Trockenhefe

Zubereitung

Buttermilch leicht erwärmen und die Trockenhefe mit dem Zucker oder dem Honig einrühren. An einem warmen Ort gehen lassen, bis sich Bläschen bilden.

Zusammen mit den restlichen Zutaten zu einem Teig verkneten. Abgedeckt in der Schüssel an einem warmen Ort etwa 45 Minuten gehen lassen.

Dann den Teig herausnehmen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche ordentlich durchkneten. Zu einem Laib formen, der dann, noch mal abgedeckt, etwa 40 Minuten gehen muss.

Einmal längs einritzen ca. 1 cm tief und im vorgeheizten Backofen bei ca 200°C etwa 45-60 Minuten backen. Man kann den Klopfest machen. Mit dem Fingerknöchel unten gegen das Brot klopfen. Wenn es durch ist, klingt es leicht hohl.

Wer möchte, kann das Brot vor dem Backen noch mit Wasser bestreichen und mit Sonnenblumenkernen bestreuen. Im Brotbackautomaten funktioniert alles noch einfacher.

Erst die Buttermilch in den Behälter geben und dann die trockenen Zutaten zufügen. Ein Basis- oder Vollkornprogramm wählen mit einer Gesamtarbeitszeit von etwa 3 Stunden.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

30.01.06 morgaine27

Graubrot Mischung M

Zutaten für 2 Portionen

350 g Mehl Weizenmehl 550

350 g Mehl Weizenmehl 1050

100 g Mehl Roggenmehl 1150

300 g Mehl Weizenvollkornmehl

150 g Leinsamen

150 g Sonnenblumenkerne

1.5 Würfel Hefe

15 g Salz

½ TL Margarine

1 Liter Buttermilch

Zubereitung

Alle Zutaten vermengen und 45 Min. gehen lassen. Diese Mischung in 2 Brote formen oder in 2 Kastenformen füllen. Brote nochmals 20 Min. gehen lassen.

Den Ofen mit einer Wasserschale auf 250°C vorheizen. Dann bei voller Hitze 15 Min. backen lassen.

Wasserschale aus dem Ofen nehmen und die Hitze auf 225°C reduzieren. Die Brote müssen jetzt noch ca. 30-45 Min. backen, bis sie fertig sind. Garprobe mit Holzspieß.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

14.03.05 Karaburun

Heidebrot mit Ananas oder Sauerkraut M

Zutaten für 1 Portionen

400 g Mehl, Roggenmehl min. Typ 1150

200 g Mehl, Weizenmehl min. Typ 1050

1 Würfel Hefe

1 El Salz

500 ml Buttermilch, lauwarme 20°C

½ Tasse/n Wasser, lauwarm 20°C

1 El Essig

1 Tl Koriander

1 El Öl, Erdnuss- oder Sojaöl

1 kl. Dose/n Ananas, in Stücken

1 El Ananassaft

1 kl. Dose/n Sauerkraut

1 El Zitronensaft

Zubereitung

Bei Ananas:

Ananasstücke in einer Pfanne in dem heißen Öl kurz anbraten. Danach aus der Pfanne nehmen und abkühlen lassen. Reicht für ca. 8 Minuten abkühlen lassen, dann ist der Teig soweit

Bei Sauerkraut:

Sauerkraut in einer Pfanne in dem heißen Öl kurz anbraten. Danach aus der Pfanne nehmen und abkühlen lassen. Reicht für ca. 8 Minuten abkühlen lassen, dann ist der Teig soweit

Das Roggen- und Weizenmehl in einer Schüssel gut vermischen. Anschließend eine Mulde in das Mehl drücken. Buttermilch und Wasser vermengen und Hefe reinbröckeln. Nachdem die Hefe sich aufgelöst hat, die Mischung

in die Mulde gießen und mit Knethaken auf höchster Stufe ca. 5 Minuten verrühren. Dann das Salz, den Essig, den Koriander, das Sauerkraut bzw. die Ananasstücke und den Saft Ananas oder Zitrone zugeben und nochmals 5 Minuten kneten. Anschließend Backblech einfetten und den Teig zu einer Kugel geformt auf das Blech legen. Mit Mehl bestäuben kann jetzt auch 405'er sein. Nun den Teig zudecken und an einem warmen Ort für ca. 20 Minuten gehen lassen. Der Teig muss sich hier deutlich vergrößern, sonst wird das Brot zu hart.

Den Backofen auf 230°C vorheizen. Den Teig gitterförmig auf der Oberseite einschneiden und in den vorgeheizten Backofen auf der mittleren Schiene für 10 Minuten backen. Anschließend den Herd auf 200°C runterschalten und für weitere 50 Minuten backen lassen.

Wenn unbedingt Heißluft verwendet werden sollen, 30°C weniger als angegeben einstellen, sonst wird das Brot zu trocken.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
20.11.05 Jojo29375

Herzhaftes Vollkornbrot M

Zutaten für 1 Portionen
500 g Mehl Weizenmehl 1050
250 g Roggenschrot
250 g Weizenschrot
100 g Leinsamen
150 g Sonnenblumenkerne
175 g Rübengrün

1 Liter Buttermilch

3 Würfel Hefe
1.5 El Salz
2 El Malz - Kaffee

Alle Zutaten in die 30°C erhitzte Buttermilch einrühren. Den Teig in eine gut gefettete und bemehlte Kastenform gießen und bei 150°C ca. 2-2 1/2 Std. backen.

Der Teig braucht vor dem backen nicht zu gehen.
Es sollte noch eine Tasse mit heißem Wasser in den Backofen gestellt werden.

Tipp: Das Brot schmeckt auch super mit Roggensauerteig.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten
13.03.05 Karaburun

Irishes Bauernbrot M

Zutaten für 4 Portionen
200 g Weizenschrot Type 1700
150 g Mehl Weizenmehl
50 g Mehl Roggenmehl
1 TI Salz
1 TI Backpulver

¼ Liter Buttermilch

Zubereitung

Alle Zutaten in der Küchenmaschine oder mit dem Handrührgerät und den Knethaken 2-3 Minuten zusammenkneten. Dann einen runden Laib formen, kreuzweise einschneiden und auf einem gefetteten Blech backen. Backtemperatur 180 - 200°C Backzeit ca. 45 Minuten
Wichtig ist bei dieser Brotzubereitung, dass der Teig mit Backpulver so rasch wie möglich gebacken wird!

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten
26.03.03 Andera

Irishes Sodabrot M

Zutaten für 10 Portionen
225 g Mehl Weizenmehl
225 g Mehl, Weizenvollkornmehl
1 Prise Salz
2 TI Natron
2 TI Backpulver, Weinstein
3 EI Butter
1 TI Zucker

350 ml Buttermilch

Zubereitung

Den Ofen auf 190 °C vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen. Das Mehl mit dem Salz in eine Schüssel sieben und Natron sowie Weinstein zugeben. Die Butter mit der Mischung zu Bröseln reiben und dann den Zucker einrühren. Die Buttermilch zugeben, bis ein weicher Teig

entstanden ist. Nicht zu stark rühren, sonst wird das Brot zäh. Einen runden Laib formen und diesen auf das Backpapier setzen. Ein tiefes Kreuz in die Oberfläche des Laibs schneiden. Das Brot mit Mehl bestäuben und 35 - 45 min. backen Schälchen mit Wasser auf den Backofenboden stellen. Das Brot ist fertig, wenn es beim Klopfen auf die Unterseite hohl klingt. Ofenwarm servieren.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.

16.05.02 Dennis77

kerniges Quarkbrot 3 Ei M

für 1 Brot

etwa 20 Scheiben

250 g Roggenmehl Type 1150

250 g Weizenmehl

2 Pk Backpulver

3 Eier

500 g Magerquark

1 leicht geh TI Salz

etwas Mehl und Fett

100 g Haselnusskerne

3 Ei kernige Haferflocken

Kondensmilch zum Bestreichen

Gesamtes Mehl und Backpulver mischen. Mit Eiern, Quark und Salz erst mit den Knethaken des Handrührgerätes, dann mit bemehlten Händen zum glatten Teig verkneten. Nüsse gut darunter kneten. Den recht feuchten Teig auf

bemehlter Fläche zum Laib (ca 30 cm lang) formen.

Kastenform, ca 30 cm lang, 2,2 l Inhalt fetten und mit 2 Ei Haferflocken ausstreuen. Teig hineinlegen. Oberfläche mehrmals der Länge nach schräg einschneiden.

Das Brot im vorgeh Backofen bei 200 Grad ca 1 1/4 Stunden backen. Ca 15 Min vor Ende der Backzeit Teig mit Kondensmilch bestreichen und mit 1 Ei Haferflocken bestreuen, zu Ende backen. Brot auskühlen lassen.

Dazu schmecken Salatblätter, gekochter Schinken und Radieschen.

Kräuter Kefir Brot M

Zutaten für 1 Portionen

700 g Mehl Weizenmehl Typ 1050

250 ml Kefir

- 1 EL Zucker
- 1 Würfel Hefe
- 1 TL Salz
- 1 TL Estragon, getrocknet
- 1 Bund Dill
- 1 Bund Schnittlauch
- 1 Bund Petersilie
- ½ Bund Zitronenmelisse
- 2 Zehe/n Knoblauch
- 1 TL Salz
- 1 Zwiebeln
- Mehl, zum Ausrollen und Bestreuen
- Butter oder Margarine für die Form

Zubereitung

Das Weizenmehl in eine Schüssel sieben und eine Mulde eindrücken. Den Kefir erwärmen, mit dem Zucker und der zerbröckelten Frischhefe in die Mulde geben und an einem warmen Ort 10-15 Minuten gehen lassen.

1 TL Salz, den Estragon und die verlesenen, gewaschenen und fein gehackten Kräuter zum Mehl geben. Die Knoblauchzehen fein hacken, mit 1 TL Salz zu einer Paste zerreiben und mit der geschälten und fein geriebenen Zwiebel zu den Zutaten geben. Alles zu einem glatten, kompakten Teig verarbeiten. Den Teig mit dem Kochlöffel so lange schlagen, bis er Blasen wirft. Zugedeckt an einem warmen Ort 30 Minuten gehen lassen.

Den Hefeteig auf einer bemehlten Arbeitsfläche durchkneten, zu einer Kugel formen, weitere 30 Minuten gehen lassen. Dann nochmals durchkneten und in eine gefettete Kastenform geben. Der Länge nach in der Mitte etwas einschneiden, mit Mehl bestäuben und wieder 10-15 Minuten gehen lassen.

Anschließend im auf 240°C vor geheizten Backofen 5-10 Minuten anbacken. Den Ofen auf 200-210°C zurückschalten und weitere 40 Minuten fertig backen. Das fertige Brot herausnehmen, aus der Form stürzen und vollständig erkalten lassen. Zum weiteren Verzehr bereitstellen.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten
27.08.05 Maokochtgerne

Kümmelbrot M

- Zutaten für 20 Portionen
- 400 g Mehl, Roggenmehl Typ 1150
 - 200 g Mehl, Weizenmehl Typ 405

1 Pck. Hefe Trockenhefe
15 g Salz

500 ml Buttermilch

1 Ei Zitronensaft
½ TL Kümmel, gemahlen
1 TL Kümmel, ganz

Zubereitung

Beide Mehltypen mit Trockenhefe und Salz mischen. Leicht erwärmte Buttermilch und die Gewürze untermischen. Teig so lange kneten, bis er sich vom Schüsselrand löst. Dann zum Ballen formen und 30 bis 45 Min. zugedeckt gehen lassen, bis sich das Teigvolumen verdoppelt hat. Teig nochmals durchkneten, dann zu einem runden Brotlaib formen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen. Wieder 15 bis 20 Min. gehen lassen. Laib mit einem Messer an der Oberfläche ein paar mal schräg einschneiden, in den vorgeheizten Ofen schieben und 10 Min. bei 240° C, dann etwa 50 Min. bei 190°C backen.

Brennwert p. P.: 119

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

07.04.04 Smith

Kürbiskernbrot M

Zutaten für 1 Portionen

1 Würfel Hefe
1 TI Zucker

250 g Buttermilch, lauwarm, bis 375g

300 g Mehl Weizenvollkornmehl
130 g Kürbiskerne
100 g Roggenschrot
100 g Maismehl
2 Ei Öl Kürbiskernöl
1 TI Salz, gehäuft

3 Ei Milch

Zubereitung

Hefe mit Zucker, etwas Buttermilch und Mehl anrühren. Zugedeckt ca. 15 Min. gehen lassen.

Kürbiskerne bis auf 30 g grob hacken. Mit restlichem Weizenmehl, Roggenschrot, Maismehl, Öl, Salz und soviel Buttermilch unterkneten, dass ein geschmeidiger Teig entsteht. Zugedeckt ca. 40 Min. gehen lassen. Teig erneut durchkneten, in eine gefettete Kastenform Länge 30 cm drücken, mit Milch bestreichen, restliche Kürbiskerne aufstreuen. 30 Min. gehen lassen. Ofen auf 200°C vorheizen. Brot 15 Min. backen, Hitze auf 180°C verringern. In ca. 45 Min. goldbraun backen, 5 Min. in der Form lassen, Stürzen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
17.03.02 Hobbykoechin

Münsterländer Bauernstuten M

Zutaten für 1 Portionen
2 Würfel Hefe, frisch
150 ml Wasser, lauwarm
1 TL Zucker
900 g Mehl, Weizenmehl, Typ 550
100 g Mehl, Roggenmehl, Typ 990
250 ml Wasser, lauwarm Menge anpassen

250 ml Buttermilch, lauwarm
1.5 EL Salz
20 g Schweineschmalz, erwärmt

Zubereitung

Die Hefe in den 150 ml Wasser auflösen, Zucker zufügen und zu der Mehlmischung in die Küchenmaschine geben. Kurz vermengen. Die restlichen Zutaten zugeben und kräftig kneten lassen. Anschließend ca. 45 Min. gehen lassen, bis sich der Teig verdoppelt hat.

Auf einer bemehlten Fläche noch einmal kurz kneten, ein längliches Brot formen und mit dem Schluss nach oben in ein bemehltes Tuch einschlagen. Noch einmal ca. 15 Min. gehen lassen.

Den Laib mit dem Schluss nach oben auf ein gefettetes Backblech legen und mit einem scharfen Messer der Länge nach einschneiden. Erneut 10 Min. ruhen lassen und anschließend ca. 40 Min. im auf 225 °C vorgeheizten Backofen backen. Dabei eine Tasse heißes Wasser in die Fettpfanne gießen.

Nach dem Backen mit aufgekochter Speisestärke bestreichen, ergibt einen schönen Glanz.

Ich habe das Brot auf dem Pizzastein gebacken und es ist hervorragend geworden. So wie ich den Münsterländer Bauernstuten von früher in Erinnerung hatte.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
10.10.04 Sugar04

Ödenwälder Brotlaib

150 g Vollkorn Roggenmehl
350 g dunkles Weizenmehl, Typ 1050
40 g Hefe
300 ml Wasser
1 TI Salz
1 TI Zucker
1 EI Öl
1 EI Zitronensaft

Die Mehle mit dem Salz in einer Schüssel mischen und eine Mulde hinein drücken. Hefe und Zucker in Wasser auflösen, in die Mulde geben und mit etwas Mehl zu einem Vorteig verrühren. Diesen ca. 15 Minuten gehen lassen.

Öl und Zitronensaft zugeben und mit den Knethaken des Mixers ca. 3 Minuten auf höchster Stufe durchkneten, bis sich der Teig von der Schüssel löst. Zugedeckt weitere 10 Minuten gehen lassen. Den Teig nochmals durchkneten, anschließend mit leicht bemehlten Händen zu einer straffen Kugel formen und auf ein gefettetes oder mit Backpapier belegtes Backblech legen. Mit Mehl bestreuen. Nicht abgedeckt 20 - 30 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen, bis der Teig sich deutlich vergrößert hat.

Die Teigkugel 4-mal kreuzweise 1 cm tief einschneiden.

Auf mittlerer Schiene backen. Backzeit ca. 10 Minuten bei 250°C, 40 Minuten bei 200 Grad C (im Umluft-Herd erst 190 Grad C, dann 170° C).

Rheinländer Schwarzbrot M

Zutaten für 3 Portionen
500 g Weizenschrot
500 g Roggenschrot
500 g Mehl Weizenmehl

1 Liter Buttermilch

2 Pck. Hefe, frisch oder getrocknete
200 g Zuckerrübensirup
½ EI Salz

Zubereitung

Weizen- und Roggenschrot mit der Buttermilch gut vermengen und über Nacht kühl stehen lassen. Am nächsten Tag mit dem Weizenmehl, Sirup, Hefe und Salz verkneten. In zwei Kastenformen füllen, in den kalten Backofen stellen und dann bei ca. 150 Grad etwa 2 1/2 Stunden backen lassen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

08.09.04 Aki-One

Kommentar von Karen123 09.09.2004 05:35

Ein sehr schönes Rezept, habe allerdings etwas mehr Flüssigkeit und etwas weniger Rübensirup genommen sonst ist es mir zu süß.

LG Karen

Kommentar von Schlipskoch 24.09.2004 08:51

Nehme anstelle des 2. Hefewürfels 250 g selbstgemachten Sauerteig. Schmeckt meiner Meinung nach noch besser

LG

Schlipskoch

Kommentar von Lisabikerhexe 24.02.2006 06:16

Hab das Rezept jetzt auch für mich entdeckt !

Zur Frage, ob das Brot noch aufgeht: Nö ... jedenfalls nicht nennenswert ! Es kann auch direkt nach Anrühren des Teiges verbacken werden und braucht keine Gehzeit !

Das mit den Sonnenblumenkernen werde ich auch mal ausprobieren ! Schmeckt bestimmt toll !

Und einen Versuch mit Schinkenwürfeln will ich wagen - hab so was mal beim Bäcker gekauft und fand es sehr lecker !

Mir selbst war das mit dem Rübekraut auch etwas zu süß - auch ich werde einen Teil davon durch Flüssigkeit Wasser oder Buttermilch ersetzen.

Insgesamt 'ne klasse Idee !

Gruß

Lisabikerhexe

[Roggen Schrotbrot mit Nüssen](#) M

mit Roggensauerteig nach 1 Stufenführung

Zutaten für 1 Portionen

300 g Teig Roggensauerteig

300 g Mehl Roggenvollkornmehl

200 g Mehl Weizenmehl Typ 1050

200 ml Buttermilch, warm

100 ml Wasser, warm

100 g Getreide, 5 - Kornmischung Roggen, Hirse, Hafer, Weizen, Dinkel

50 g Haselnüsse, ganz

20 g Salz

1 TL Kaffeepulver Malzkaffeepulver

1 EL Zuckerrübensirup

Mehl und Fett für die Form

Die Körnermischung mit den Nüssen im Mixer mahlen schroten. Alle Zutaten verrühren und zugedeckt etwa 45 Minuten ruhen lassen.

Wenn der Teig nicht zu weich ist, mit den Händen kurz durch kneten, zum Laib formen und in ein bemehltes Körbchen oder in eine gefettete Kastenform legen. Zugedeckt 2-3 Stunden ruhen lassen.

Backofen vorheizen, auf 220 Grad. Den Laib mit Wasser besprühen, kreuzweise einritzen und mit etwas Mehl bestäuben. In der Form oder auf dem gefetteten Backblech bei 200 Grad etwa 1 Stunde backen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

20.12.05 cenzy1

Schnelles Vollkornbrot M

Zutaten für 4 Portionen

250 g Mehl

150 g Weizenschrot

300 g Dinkel

350 ml Buttermilch

350 ml Wasser

2 TI Salz

1 EI Öl

150 g Körner

1 Würfel Hefe

1 TI Honig

Zubereitung

Mehl, Schrot, Dinkel, Salz und Körner mischen.

Hefe und Honig vermengen und glatt rühren

Wasser erhitzen und kalte Buttermilch dazugeben, so dass die Flüssigkeit lauwarm ist. Mit Öl und dem Hefe - Honig - Gemisch mischen. Alles miteinander vermengen, fertige Mischung in eine Form geben und in den kalten Ofen stellen.

Bei 230 °C Ober-Unterhitze 1 Stunde backen.

Den Backofen abschalten und das Brot noch 15 Minuten im Ofen stehen lassen.

Hinweis: Mehl, Schrot, Dinkel, Körner sind beliebig austauschbar Roggen, etc.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

21.10.04 rehkitz1980

Schwarzbrot aus Sauerteig M

Für 2 Brote à ca. 800 g

Zutaten für 2 Portionen

400 g Teig Sauerteig aus Roggenmehl

500 g Mehl Roggenmehl,

300 g Schrot z.B. Dinkel

100 g Leinsamen

100 g Sesam

100 g Sonnenblumenkerne

150 g Rübenkraut, je nach Süße

1 El Salz

1 Becher Buttermilch, 500 ml

Zubereitung

Die Zutaten miteinander verrühren, bis daraus ein Teig mit der Konsistenz wie Müsli oder Rührkuchen entsteht. In eine oder auch 2 Kastenformen füllen, im Ofen gehen lassen bis sich die Menge in etwa verdoppelt hat und bei 150 °C 1 1/2 bis 2 Stunden backen. Wenn das Brot zu dunkel werden sollte mit Alufolie abdecken.

Wichtig: Das Brot muss mind. 1 Tag ruhen bevor es richtig lecker schmeckt.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

24.12.04 elsocko

Schwarzbrot I M

Zutaten für 1 Portionen
500 g Mehl Weizenmehl
250 g Weizen - Schrot
500 g Roggen - Schrot
250 g Sonnenblumenkerne

1 Liter Buttermilch

1 Würfel Hefe, frisch
2 Beutel Hefe, trocken
1 Becher Pflaumenmus
3 TL Salz
etwas Butter für die Form

Zunächst Schrot und Mehl in einer großen Schüssel vermischen und dann in der Mitte der Schüssel ein kleines Loch freischieben. Ca. 250 ml Buttermilch erwärmen körperwarm und darin die Hefe auflösen. Mit dieser Buttermilch-Hefemischung in der Mitte der Schüssel einen Vorteig machen. Dazu vom Rand der Schüssel einfach soviel Mehl in die Mitte ziehen, bis sich ein kompakter Teig ergibt. Die Schüssel anschließend 10 Minuten an einem warmen Ort abgedeckt ruhen lassen.

Restliche Buttermilch ebenfalls erwärmen. Dann alle verbleibenden Zutaten und das restliche Mehl mit dem Vorteig zu einem Teig verarbeiten am besten mit den Händen gründlich durchkneten. Den Teig in eine eingefettete Brot-Kastenform geben und wiederum abgedeckt für 30 Minuten gehen lassen.

Anschließend das Brot bei 170 Grad Ober-/Unterhitze 2 Stunden backen. Nach einer Stunde sollte das Brot mit Alufolie abgedeckt werden.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
24.02.05 Backebackekuchen

Schwarzbrot II M

Ela* s
muss nicht gehen und kann sofort in den Ofen

Zutaten für 1 Portionen
500 g Mehl Weizenmehl
500 g Weizenschrot
250 g Roggenschrot
250 g Sonnenblumenkerne
½ Becher Rübekraut

1 Liter Buttermilch

2 Würfel Hefe

2 TL Salz

Zubereitung

Den Backofen vorheizen auf 140 bis 150°C. Alle Zutaten miteinander gut verrühren am besten in der Küchenmaschine. Den Teig anschließend in eine gut eingefettete Brotform geben und 2,5 Stunden abbacken, ohne den Teig vorher gehen zu lassen!

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten
17.03.05 Ela

Schwarzbrot nach Art des Hauses M

Zutaten für 2 Portionen
500 g Mehl Weizenmehl Typ 1050
250 g Roggen, grob geschrotet
250 g Weizen, grob geschrotet
100 g Leinsamen
100 g Sesam
150 g Sonnenblumenkerne
175 g Rübengrün

1 Liter Buttermilch, 30 - Grad - warm
3 Würfel Hefe, frisch
1.5 EL Meersalz

Alle Zutaten in die Buttermilch rühren und bei ca. 150 Grad 2-2,5 Stunden backen. Eine Schale Wasser in den Herd stellen.
Kürbiskerne, Hirse und Nüsse sowie anderes Getreide, z.B. Hafer und Gerste oder Dinkel kann man ausprobieren, ggf. Hefemenge erhöhen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
08.11.05 baerbelchen

Kommentar von gitti4 24.01.2006 20:30
Muss das Brot nicht vorm Backen gehen bei der Menge an Hefe?
Gitti 4

Kommentar von baerbelchen 25.01.2006 15:09
Hallo,

nein, das ist ja das Schöne bei diesem Rezept. Nicht vorher gehen lassen, es gelingt auch so. :-

LG baerbelchen

Schwarzbrot nach Landfrauenart M

Zutaten für 2 Portionen

500 g Mehl, Weißmehl Dinkel oder Weizen

280 g Weizen - Schrot, grob

280 g Roggen - Schrot, grob

180 g Sonnenblumenkerne

140 g Sesam

140 g Leinsamen

1 Würfel Hefe

1 El Salz

1 Liter Buttermilch

180 g Rübenkraut

1 TI Zucker

¼ TI Kümmel, evt.

Zubereitung

Hefe mit Zucker auflösen. Buttermilch mit Rübenkraut leicht erhitzen. Die übrigen Zutaten vermischen. Buttermilch-Rübenkrautmischung und Hefe dazugeben und gut vermischen. In eine Form füllen. 3 Stunden bei 150 Grad mit Unter-/Oberhitze backen. Nach zwei Stunden mit Alufolie abdecken.

Man kann die Teigmenge auch gut in zwei Königskuchenformen verteilen und gleichzeitig backen. Das Brot hält sich im Kühlschrank ca. 2 Wochen. Vor dem ersten Anschneiden gut auskühlen lassen.

Variation: Einen Teil der Sonnenblumenkerne durch Buchweizen ersetzen.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

19.07.05 buegelfee

Sesambrot M

Zutaten für 1 Portionen

1 Würfel Hefe

1 TI Zucker, braun

250 ml Buttermilch

500 g Mehl Roggenmehl, Typ 1050

60 g Sesam
2 Tl, gestr. Salz
Milch, zum Bestreichen
Sesam, zum Bestreuen

Zubereitung

Einen Hefeteig herstellen, dabei die Sesamsaat mitkneten. Eine große Kastenform oder 2 kleine einfetten und mit Sesam ausstreuen, den Teig einfüllen und 30 Min. gehen lassen.

Mit Milch bestreichen, dick mit Sesam bestreuen, dann die Oberfläche 3-4 mal schräg einschneiden, noch einmal 15 Min. gehen lassen.

Bei 200 Grad ca. 40 Min. backen.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten
26.07.04 lama1974

Sonnenblumen Vollkornbrot M

Zutaten für 4 Portionen
500 g Roggenschrot
500 g Mehl Weizenmehl
250 g Weizenschrot
250 g Sonnenblumenkerne
2 Pck. Hefe Trockenhefe

1 Liter Buttermilch

1 Becher Zuckerrübensirup
1 Tl Salz
150 g Müsli
etwas Wasser

Zutaten mit dem Knethaken verrühren und in eine große Kastenform, die vorher mit Backpapier ausgelegt worden ist, füllen. Das Brot braucht nicht gehen!!!

Bei 150°C 3 Stunden backen. Nach einer Stunde Backzeit mit Alufolie abdecken. Nach den 3 Stunden Backzeit das Brot noch 4-6 Stunden im ausgestellten Backofen ruhen lassen.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten
23.02.03 Sissimuc

Vollkorn Weizenbrot II

1 kg Dinkelmehl oder Mehl mit hoher Typenzahl
2 pk Trockenhefe
500 ml Wasser, lauwarm
25 g Salz
25 g Kümmel
2 El Leinsamen, Sesam, Sonnenblumenkerne, Haferflocken
zur Auswahl und Abwechslung)

Alle Zutaten mischen und gut kneten. Gehen lassen, am besten über Nacht. Brotform mit Öl einstreichen oder auf Backblech setzen. Auf unterer Schiene bei 250° C 30 Minuten oder bei 175 - 200 Grad C 20 Minuten backen.

Vollkornbrot

nach Fr. Haensler

Zutaten (für 2 Brote):
500 g Brotmehl (Weizentyp 1050)
200 g Roggenschrot
700 g Weizenschrot
300 g (Leinsamen,
Sesam,
Weizenkeime,
Weizenkleie,
Sojaschrot,
Sonnenblumenkerne - ca. je 50 g)
1 l Wasser
2 W. Hefe
2-3 El. Salz

Hefe in lauwarmes Wasser bröckeln. Evtl. etwas Traubenzucker zugeben.
Mehl, Schrot und Kerner in eine Schüssel geben.

In der Mitte eine Vertiefung graben - da hinein die aufgegangene Hefe geben. Wasser und Salz zugeben (Vorsicht: die Hefe sollte nicht in direkten Kontakt mit dem Salz kommen!).

Ca. 20 Min. gut durchkneten. 30 Minuten gehen lassen.

Danach nochmals kurz durchkneten und zwei längliche Laibe formen.
Evtl. (bei zu dünner Konsistenz) in längliche Backform füllen.
Brote in den kalten Ofen schieben.

Backzeit 65-67 Min. bei 225 Grad C

Vollkornbrot, schnell und einfach M

Zutaten für 2 Portionen

280 g Roggenschrot
280 g Weizenschrot
100 g Leinsamen
100 g Sesam
100 g Sonnenblumenkerne
1 handvoll Haselnüsse u. Walnüsse
500 g Mehl Weißmehl
1 Ei Salz

1 Liter Buttermilch

4 Beutel Hefe Trockenhefe

Alle Zutaten in eine Schüssel geben und die Buttermilch lauwarm darüber geben. Mit Handmixer Knethaken verrühren.

In lange Kuchenform oder Auflaufform geben und bei 180 Grad 80 Minuten backen Stechprobe.

Teiglaib vor dem Backen mit einem Messer längs einritzen. Kurz vor Ende der Backzeit ab und zu mit Wasser bestreichen gibt Glanz.

Die angegebene Menge ist für 2 kleine oder einen großen Laib berechnet.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

21.06.04 chilean11

Kommentar von pimapuma 19.08.2004 20:41

Das Brot schmeckt SUPER!!!! Da ich keine Buttermilch hatte, habe ich Wasser und Balsamico Essig genommen. Ich habe es in den kalten Backofen geschoben und ca. 85 Minuten gebacken. Das ist ein richtig deftiges Vollkornbrot, werde ich jetzt abwechselnd mit dem 3 Minuten Brot backen.

Kommentar von kleo2 19.02.2005 09:41

Also bei mir ist es ziemlich trocken und schwer geworden. Ich hab statt Buttermilch Joghurt u. Wasser genommen, das sollte aber nicht der Grund dafür sein, oder?

Aber vom Geschmack her ist es wirklich gut. VG kleo

Walnussbrot M

Zutaten für 1 Portionen

250 g Mehl, Weizenmehl 405
250 g Mehl, Roggenmehl 1350
100 g Walnüsse

375 ml Buttermilch, lauwarme

1 Tüte/n Hefe Trockenhefe
1 Ei Zucker
1 TI Salz
3 Ei Öl Walnuss-Öl

3 Ei Milch

Die Walnusskerne grob zerhacken.

Alle Zutaten, bis auf die 3 Ei Milch, miteinander verkneten. Zugedeckt an einem warmen Ort ca. 30 Minuten gehen lassen.

Entweder einen Brotlaib formen und auf ein geöltes, bemehltes Blech legen oder in eine gefettete Kastenform geben.

Den Backofen auf 220°C vorheizen.

Brotlaib 3 mal diagonal einschneiden und mit Milch bestreichen.

Auf der 2. Einschubleiste von unten ca. 50 Minuten backen

Übrigens, ich hatte nur Roggenmehl Type 1150 und ich habe das genommen. Denke, es macht nicht so viel aus.

So, wie ich es oben angegeben habe, schmeckt es jedenfalls himmlisch!

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

24.06.05 kleinecaipi

Vollkorn

Backpulver Brot I

100 g gefroren Haferkorn gem
200 g Dinkelvollkorn gem
100 g Grünkern gem
100 g Roggenvollkorn gem
1 Prise Vollrohrzucker
1 TI Salz
1 Tüte (17 g) Weinsteinbackpulver

1 TI Brotgewürz

ODER

Kümmel, Koriander, Anis + Fenchel ganz oder gem,
zusammen oder einzeln, nach Geschmack

450 ml kohlensäurehaltiges Mineralwasser
1 kleine Kasten Backform
Backpapier dafür

Hafer mindestens 1 h vor dem mahlen, Tiefrieren.
Alle trockenen Zutaten vermischen lassen.
Ca 450 ml kohlensäurehaltiges Mineralwasser dazu geben,
auf kleiner Stufe, reicht, gut rühren lassen, 5- 8 min, damit entwickelt
sich auch eine schöne Krume.

In eine Fettpfanne unter den Backformen, ca 750 ml Wasser einfüllen,

In eine mit Backpapier kleine Backform geben, oder zu einem kleinen Laib
formen, einkerben den Teig, + ab backen.

Da es sich für dieses kleine Brot nicht lohnt den Backofen zu benutzen,
backe ich drei Brote gleichzeitig ab.

In den kalten Backofen bei 160°C Umluft ca 60-70 min backen.
Nadelprobe.

Sonntag, 22. Januar 2006 eigenes Rezept Hans60

Backpulver Brot II

200 g Dinkelvollkorn gem
150 g Roggenvollkorn gem
150 g Nackt Gerste gem
1 Prise Vollrohrzucker
1 TI Salz
1 Tüte (17 g) Weinsteinbackpulver

2 TI Brotgewürz

ODER

Kümmel, Koriander, Anis + Fenchel ganz oder gem,
zusammen oder einzeln, nach Geschmack

450 ml kohlensäurehaltiges Mineralwasser
1 kleine Kasten Backform
Backpapier dafür

Alle trockenen Zutaten vermischen lassen.
Ca 450 ml kohlensäurehaltiges Mineralwasser dazu geben,
auf kleiner Stufe, reicht, gut rühren lassen, 5- 8 min, damit entwickelt
sich auch eine schöne Krume.

In eine Fettpfanne unter den Backformen, ca 750 ml Wasser einfüllen,

In eine mit Backpapier kleine Backform geben, oder zu einem kleinen Laib formen, einkerben den Teig, + ab backen.

Da es sich für dieses kleine Brot nicht lohnt den Backofen zu benutzen, backe ich drei Brote gleichzeitig ab.

In den kalten Backofen bei 160°C Umluft ca 60- 70 min backen.
Nadelprobe.

Sonntag, 22. Januar 2006 eigenes Rezept Hans60

Backpulver Brot III

150 g gefroren Haferkorn gem
150 g Dinkelvollkorn gem
150 g Nackt Gerste gem
50 g Amaranth gem
1 Prise Vollrohrzucker
1 TI Salz
1 Tüte (17 g) Weinsteinbackpulver

2 TI Brotgewürz

ODER

Kümmel, Koriander, Anis + Fenchel ganz oder gem,
zusammen oder einzeln, nach Geschmack

400 ml kohlenensäurehaltiges Mineralwasser

1 kleine Kasten Backform

Backpapier dafür

Hafer mindestens 1 h vor dem mahlen, Tiefrieren.

Alle trockenen Zutaten vermischen lassen.

Ca 400 ml kohlenensäurehaltiges Mineralwasser dazu geben,
auf kleiner Stufe, reicht, gut rühren lassen, 5- 8 min, damit entwickelt
sich auch eine schöne Krume.

In eine Fettpfanne unter den Backformen, ca 750 ml Wasser einfüllen,

In eine mit Backpapier kleine Backform geben, oder zu einem kleinen Laib formen, einkerben den Teig, + ab backen.

Da es sich für dieses kleine Brot nicht lohnt den Backofen zu benutzen, backe ich drei Brote gleichzeitig ab.

In den kalten Backofen bei 160°C Umluft ca 60- 70 min backen.

Nadelprobe.

Sonntag, 22. Januar 2006 eigenes Rezept Hans60

Backpulver Vierkornbrot F



Zutaten für 1 Portionen

150 g Hafer, gefrorenen, gemahlen

150 g Dinkel - Vollkorn, gemahlen

150 g Gerste (Nacktgerste), gemahlen

50 g Amaranth, gemahlen

1 Prise Rohrzucker

1 TL Salz

1 Tüte/n Backpulver (Weinstein)

2 TL Gewürzmischung für Brot ODER

Kümmel, Koriander, Anis + Fenchel ganz oder gem.

400 ml Mineralwasser, kohlenensäurehaltiges

Hafer mindestens 1 h vor dem mahlen tiefgefrieren. Alle trockenen Zutaten vermischen lassen.

Ca 400 ml kohlenensäurehaltiges Mineralwasser dazugeben, auf kleiner Stufe, reicht, gut rühren lassen, 5- 8 min, damit entwickelt sich auch eine schöne Krume.

In eine Fettpfanne, unter den Backformen, ca. 750 ml Wasser einfüllen.

Den Teig in eine mit Backpapier ausgelegte kleine Backform geben oder zu einem kleinen Laib formen, einkerben den Teig + backen.

Da es sich für dieses kleine Brot nicht lohnt den Backofen zu benutzen, backe ich drei Brote gleichzeitig ab. In den kalten Backofen bei 160°C Umluft ca. 60- 70 min backen.

Nadelprobe.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

01.05.06 Hans60

Brot in der Pfanne F



Zutaten für 1 Portionen

Für den Teig: (Vorteig)

420 g Roggen, grob geschrotet

150 g Teig (Sauerteig)

430 ml Mineralwasser, kohlenensäurehaltiges, zimmerwarm

Für den Teig: (Hauptteig)

1.5 TL Meersalz, bis 2 TI

280 g Weizen / Dinkel/ Roggen grob geschrotet oder fein gemahlen

Sonnenblumenkerne, Leinsamen, Sesam, je 1 TL

Anis + Fenchel, Leinsamen, Sesam, je 0,5 TL

Koriander + Kümmel ganz oder gemahlen, je 0,5 TL ODER

1 Tüte/n Gewürzmischung für Brot

2 EL Öl, Sonnenblumen/Olivenöl

Grieß, Vollkorn Grieß oder Schrot

Fett, für die Pfanne + Deckel

Vorteig: 420 g Roggen grob geschrotet, 1 TI Honig, 150 g Sauerteig + 430 ml lauwarmes Wasser zusammen rühren. Den Vorteig abdecken und bei Zimmertemperatur 8- 12 h gären lassen, am besten über Nacht.

Die Pfanne gut einfetten (Olivenöl) + mit Vollkorn Grieß ausstreuen.

Hauptteig: 1 ½ -2 TI Meersalz, abschmecken, 280 g Weizen/ Dinkel/ Roggen grob geschrotet kann auch fein gemahlen werden, evtl. je 1 TI Sonnenblumenkerne, Leinsamen + Sesam. Sowie je ½ TI Anis+ Fenchel, Koriander + Kümmel (mit o. ohne Gewürze), mir reicht Kümmel meist, ganz o. gemahlen, alles zum Vorteig geben + gut vermengen, dann das Olivenöl unterrühren.

Den Teig in die Pfanne geben, fest andrücken + glatt streichen. Die obere Hälfte des Teiges mit einem Teigschaber vom Rand lösen + zur Mitte drücken, bis er den Ø des Pfannenboden hat. Nochmals den Teig zugedeckt 1- 2 h gehen lassen (Bei reinem Roggenteig ist es nicht so enorm, das Aufgehen).

Auf Stufe 1 ½ von drei möglichen Stufen, zugedeckt, etwa 50 min backen, bis der Teig an der Oberfläche nicht mehr klebt, Küchenbrett drauf, die Pfanne umdrehen, Brot wieder in die Pfanne gleiten lassen. 20 min backen + evtl. mehr, damit dieses wirklich gut durchbackt.

Die Oberfläche mit Wasser abspritzen/ absprühen. Auf ein Kuchenrost gleiten lassen, die andere Seite auch einsprühen mit Wasser. Auskühlen lassen.

Wenn das Öl vergessen worden ist, 2- 3 Tage ruhen lassen, vor dem anschneiden. Vorbereitungszeit: etwa 20 min, Ruhezeiten: 9- 14 h Backzeit: etwa 70 min. Schwierigkeitsgrad: simpel

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

23.02.06 Hans60

Brot mit Veränderungen M

Zutaten für Portionen

400 g Maiskörner, kein Popkorn

200 g Buchweizen, ganz

100 g Amaranth, ganz

1 TI Koriander, ganz

2 TI Kümmel, ganz

1 TI Kümmel, ganz

1 Tüte/n Gewürzmischung für Brot

2 TI Salz

3 El Sonnenblumenkerne

3 El Sesam

2 Tüte/n Backpulver

350 g Buttermilch

350 g Mineralwasser, kohlenensäurehaltiges oder Veränderung I:

700 ml Mineralwasser, kohlenensäurehaltiges

1 Tasse/n Mineralwasser, kohlenensäurehaltiges

100 g Rum, 54 % oder

Veränderung II:

400 g Kefir +

400 g Mineralwasser, kohlenensäurehaltiges oder

Veränderung III:

1 Tüte/n Hefe Trockenhefe für 1 kg

700 ml Mineralwasser, kohlenensäurehaltiges +

1 Tasse/n Mineralwasser, kohlenensäurehaltiges

100 g Rum, 54 %

1 TI Rohrzucker

Zubereitung

Mais-, Buchweizen-, Amaranth-, Koriander- + 2 TL Kümmelkörner zusammen mahlen. Kümmelkörner bis Backpulver dazu + verrühren. Buttermilch in kohlensäurehaltiges Mineralwasser einfügen + zu der Mehlmischung geben + verrühren. Reicht normalerweise, kam aber nicht hin, war noch zu trocken, musste den Rest Buttermilch + noch 150 g kohlensäurehaltiges Mineralwasser dazu mischen, es muss wie ein Rührteig sein. Geht besser auf.

In eine mit Backpapier ausgelegte 30 cm Königskuchenbackform gießen. In den kalten Backofen, mit einem Tassentopf Wasser, bei 160° Umluft ca. 90 min backen. Nadelprobe.

Veränderung I: anstelle Buttermilch 700 ml kohlensäurehaltiges Mineralwasser dazu, + 1 Tasse sowie 100 g Rum 54 % verrühren. Reicht normalerweise, kam aber nicht hin, war noch zu trocken, musste kohlensäurehaltiges Mineralwasser dazu mischen, es muss wie ein Rührteig sein. Geht besser auf.

Veränderung II: 400 g Kefir + 400 g kohlensäurehaltiges Mineralwasser dazu + verrühren. Reicht normalerweise, kam aber nicht hin, war noch zu trocken, musste kohlensäurehaltiges Mineralwasser dazu mischen, es muss wie ein Rührteig sein. Geht besser auf.

Veränderung III: Backpulver durch 1 Tüte Trockenhefe ersetzen, Zucker zufügen. Trockene Zutaten verrühren, Flüssigkeiten zufügen, es muss wie ein Rührteig sein, lieber ein wenig mehr, geht besser auf.

Teig in die mit Backpapier ausgelegte Backform gießen, zudecken mit einem feuchten Handtuch + bei warmer Zimmertemperatur gehen lassen, ich stelle die Form in den Backofen bei 40° C, Licht an + ein wenig mehr. In die Fettpfanne, ganz unten, kommt ein halber Liter Wasser. Nach ca. 90 -100 min ist der Teig gegangen, bitte nicht mehr als 120 min, bringt nichts, stürzt nur ein. Tuch entfernen, die Oberfläche des gegangenen Teiges mit Wasser ein pinseln. Die Backzeit ist die gleiche wie mit Backpulver, ca. 90 min bei 160° C Umluft, bei Ober- + Unterhitze vorheizen ca. 180 -190° C.

Wasser mit der Fettpfanne entfernen, statt dessen 1 Tassentopf mit Wasser neben die Form stellen.

Alle Arten sollen wenigstens eine Nacht ruhen, dann mit einem Sägemesser von unten schneiden. Sie sind, bedingt durch den Amaranth, innen feucht /saftig, aber nicht klitschig. Brauchen nicht eingefroren werden, halten sich gut 6-8 Tage.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

04.10.05 Hans60

Buttermilch Schwarzbrot friesisch M

Zutaten für 20 Portionen

500 g Weizenschrot, mittel

500 g Roggenschrot, mittel

1 Liter Buttermilch, warm

2 Pck. Hefe Seitenbacher-Brotback-Trockenhefe

1 El Salz

½ Glas Zuckerrübensirup, oder 2 El Sirup, 1 El Honig

evtl. Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne, nach Geschmack

500 g Weizenschrot, fein

500 g Roggenschrot und 500 g Weizenschrot mit der lauwarmen Buttermilch verrühren und

12 Stunden warm stellen!

Dann die Trockenhefe nach Vorschrift in 100ml Wasser auflösen, zusammen mit dem Sirup oder Sirup/Honig-Gemisch, Salz, 500 g Weizenschrot fein, evtl. mit den Körnern, zu dem vorherigen Teig geben und alles gut verkneten weicher Teig, evtl. noch etwas lauwarmes Wasser dazu geben.

In 1 große Kastenbrotform geben gut andrücken, vor dem Backen nochmals 20 Minuten warm stellen und ruhen lassen,

mit Alufolie matte Seite nach oben abdecken, ein kleines Loch in die Folie stechen, damit der Dampf beim Backen entweichen kann, dann 2 1/2 Stunden bei 160 -180° Umluft backen. Vor Ende der Backzeit 10 Minuten die Folie abnehmen und weiterbacken.

Eine feuerfeste Schale mit Wasser unter das Backrost schieben!!!

Eine Garprobe machen: entweder mit dem Bratenthermometer einstechen 90° oder mit dem Holzstäbchen, sollte nichts mehr kleben.

Nach dem Stürzen mit den Fingerkuppen von unten klopfen, das Brot muss hohl klingen, dann ist es gut.

Sofort nach dem Backen die Kruste mit Olivenöl einpinseln, gibt einen schönen Glanz und die Kruste bleibt geschmeidiger!

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

28.07.04 Friesin

Buttermilch Vollkornbrot M F



Zutaten für 2 Portionen

400 ml Sauerteig

1 l Buttermilch

1 kg Roggenschrot grob geschrotet

dann teilen

Teil I

250 g Dinkelvollkorn fein gem

1,5 TI Salz

1 a 30 cm Königskuchenbackform

Backpapier dafür

Teil II

250 g Roggenvollkorn fein gem.

1 TI Kümmel mit mahlen

1 TI Koriander mit mahlen

1,5 TI Salz

1 a 30 cm Königskuchenbackform

Backpapier dafür

In 400 ml Sauerteig ein Liter Buttermilch verrühren +

1 kg Roggenschrot grob vermischen, + bei Zimmertemperatur eine Nacht oder 12 Stunden zugedeckt stellen!

Den Teig teilen, + die oben genannten Zutaten zugeben, + gut 10 min kneten lassen.

In 2 a 30 cm große Kastenkuchenform geben gut andrücken, vor dem Backen nochmals warm stellen und ruhen lassen, bis sich der Teig deutlich an + über den Rand sichtbar gehoben hat, dauerte bei 18°C Zimmertemperatur gut 4 h.

Die Oberfläche des gegangenen Teiges mit einem Messer ca 0,5 cm einschneiden, + nochmals mit Wasser einstreichen.
mit Alufolie matte Seite nach oben abdecken, ein kleines Loch in die Folie stechen, damit der Dampf beim Backen entweichen kann, dann ca 110 - 130 min bei 160 -180° Umluft ohne vorheizen backen. Vor Ende der Backzeit 10 Minuten die Folie abnehmen und weiterbacken.
Ca 500 ml Wasser unter das Backrost in die Fettpfanne gießen!!!
Eine Garprobe machen mit einer Stricknadel oder Holzstäbchen, sollte nichts mehr kleben.
Nach dem Stürzen mit den Fingerkuppen von unten klopfen, das Brot muss hohl klingen, dann ist es gut.
Sofort nach dem Backen die Kruste mit Olivenöl einpinseln, gibt einen schönen Glanz und die Kruste bleibt geschmeidiger!

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten für beide.

Donnerstag, 2. März 2006 Hans60

Anstatt Buttermilch , Joghurt

Hallo

Brauchte nur

70 min 150°C Umluft ohne vorheizen + dann
Backpapier entfernt, Brote mit Olivenöl ganz eingestrichen + ohne Form
auf dem Rost noch
25 min 150°C Umluft

Liebe Grüße Hans

Dreikorn Brot Bo`ka

100 g Ansatz +
150 g Roggenvollkorn gem +
250 g kohlenensäurehaltiges Mineralwasser, ergibt

250 g Sauerteig

600 g kohlenensäurehaltiges Mineralwasser
200 g Roggenvollkorn gem
450 g Nackt Haferschrot sehr grob geschrotet

300 g Dinkelvollkorn geschrotet

150 g Nackt Hafer geschrotet
100 g kohlenensäurehaltiges Mineralwasser
3 Tl Salz

3 Ei Olivenöl
1 a 35 cm Königskuchenbackform
Backpapier dafür

Den Ansatz mit Roggenvollkornmehl + Wasser verrühren, + bei Zimmer-
temperatur,
Morgens bis Abends zugedeckt stehen lassen.

Den Sauerteig mit 600 ml lauwarmes kohlenensäurehaltiges Mineralwasser
und dem Roggenvollkorn gem + Nackt Haferschrot sehr grob geschrotet,
glattrühren.
Die Schüssel mit einem Tuch bedecken und in einen warmen Raum (25-30
o C) über Nacht stehen lassen.

Am nächsten Tag 300 g Dinkelvollkorn- + 150 g Nackthafer geschrotet, 3
Tl Salz und 100 g Wasser zum Sauerteig geben. Ca 10 min rühren lassen.
Den Teig zugedeckt ca 2 h In den Backofen geben, bei 30°C , Licht an +
ein wenig mehr.
In die Fettpfanne ca 500 -1000 ml Wasser füllen.

Den Teig 5 min rühren, 3 Ei Olivenöl mit ein arbeiten lassen, ist dann ein
Rührteig ähnlich, weitere 5 min rühren/kneten lassen
In eine mit Backpapier ausgelegte Backform geben , glatt streichen.

In den Backofen geben, bei 30°C , Licht an + ein wenig mehr,
ca 2 - 5 h gehen lassen, die Oberfläche des gegangenen Teiges längs ein-
schneiden , + mit Wasser bestreichen.
Wasser in der Fettpfanne belassen.

In den kalten Backofen bei 160°C Umluft 60- 70 Min. backen. Beim Ba-
cken das Wasser in der Fettpfanne des Backofens belassen

Freitag, 10. Februar 2006 Hans60 eigenes Rezept

Fazit:

Die Teigmenge reicht in dieser Backform für etwas mehr als die Hälfte.
Die Gehzeit in der Backform betrug dieses mal 4 h, bis sich sichtbar der
Teig gehoben hat, trotz Backofen.

Die Höhe erreicht nicht ganz den Rand.

Anschneiden, nachdem das Brot eine Nacht geruht hat, ist empfehlens-
wert.

Sehr luftig, saftig ohne das es klitsch ist.

Hefe nicht erforderlich.

Geschmackvoll.

Veränderung beim

Dreikorn Brot Bo`ka

300 g Dinkelvollkorn geschrotet, durch Nackthafer geschrotet ersetzt, sodass nur noch Nackthafer vorhanden ist.

Die Gehzeit / Gärzeit habe ich auf drei Stunden, im Backofen bei 30° , Licht an + ein wenig mehr, begrenzt, auch nach dieser Zeit ist so gut wie kein Vergrößern des Teiges sichtbar, der Teig wurde dann längst eingeschnitten, + mit ca 500 ml Wasser in der Fettpfanne

In den kalten Backofen bei 160°C Umluft 50- 70 Min. backen.
Nadelprobe.

Das Brot ist ca 8,5 cm hoch geworden, in einer 35 cm Königskuchenbackform eine schöne Kruste, + luftig. saftig, ohne klitsch zu sein.

Ob das Brot höher wird mit Hefe ?

Nehme beim Brot nicht gerne Hefe, wird zu schnell trocken

Anschneiden, nachdem das Brot eine Nacht geruht hat, ist empfehlenswert.

Montag 12.2.06

Dreikornbrot F



Zutaten für 2 Portionen

300 ml Teig, ca., Sauerteig *

550 g Mineralwasser, kohlensäurehaltiges

360 g Dinkel - Vollkorn, gemahlen

280 g Gerste - Vollkorn, gemahlen

550 g Mineralwasser, kohlensäurehaltiges

770 g Roggen - Vollkorn, gemahlen

20 g Salz

* Sauerteig ent- /besteht aus 3 El Vorteig (vom letzten Brot backen), 1 Schraubglas mit ca. 550 ml Inhalt, ca. 2 cm hoch trocknes Roggenmehl, 3 El Vorteig darauf trocknes Roggenmehl bis ca. 0,45 voll, ein wenig verrührt. Deckel drauf, ab in den Kühlschrank, hält sich Wochen.

Den Inhalt am Abend vor dem Backen in eine Schüssel, kein Kunststoff, schütten + mit ca. 300 ml kohlenensäurehaltigem Mineralwasser auffüllen, den gekrümelten Vorteig mit einer Gabel zerdrücken, einen Deckel auf die Schüssel + über Nacht gehen lassen, an einem warmen Ort, so erhalte ich dann den Sauerteig.

Zubereitung: Vorteig: Den Sauerteig in die Rührschüssel geben, 550 g kohlenensäurehaltiges Mineralwasser dazu, rühren lassen, Dinkel + Gerste mahlen, dazu + verrühren. Schüssel der Küchenmaschine entnehmen, ein feuchtes Tuch über die Öffnung legen. In den Backofen in die Fettpfanne, die ganz unten in der ersten Rille mit ca. 2 l Wasser gefüllt, auf dem Rost darüber. Auf ca. 30°C Ober- + Unterhitze, Licht an + ein wenig mehr. Für ca. 2-3 h.

Hauptteig: Schüssel mit dem gegangenen Vorteig wieder in die Küchenmaschine stellen, Knethaken rein, ein wenig rühren lassen.

Jetzt 3 El Teig abnehmen + in das mit ca. 2 cm Roggenmehl gefüllte Schraubglas geben + mit dem Rest trockenen Roggenmehl auffüllen, ein wenig vermischen, Deckel drauf, ab in den Kühlschrank, für das nächste Backen.

550 g kohlenensäurehaltiges Mineralwasser zu dem Vorteig in der Rührschüssel geben, rühren lassen, nun das Roggenmehl welches mit 20 g Salz vermischt, dazu geben, + ca. 10 min langsam rühren lassen. Ist einem Rührteig ähnlich.

Schüssel wieder entfernen, feuchtes Tuch drüber, wieder ab in den geheizten Backofen 30°C ca. 2 h.

Danach nochmals durchrühren + wiederum für ca. 30 min gehen lassen. Dann nur noch durchrühren, den Teig dann in zwei mit Backpapier ausgelegte Backformen gießen. Die gefüllten Backformen wieder in den Ofen geben + nochmals ca. 60 min gehen lassen.

Danach mit Umluft bei ca. 150°C 70 min backen. (Fenster auf, damit der Wasserdampf abziehen kann.) Nadelprobe.

Die Oberfläche der Brote mit heißem Wasser abspritzen.

Auf ein Kuchenrost gleiten lassen + Backpapier gleich oder nach dem Abkühlen entfernen, über Nacht.

Brot umdrehen + mit einem Sägemesser schneiden. Kühl + trocken lagern.

Nicht im Kühlschrank, wird altbacken.

Zubereitungszeit: ca. 2 Std.

14.04.06 Hans60

Donnerstag, 1. Juni 2006

Dreikornbrot

Ca 300 ml Sauerteig *

550 g kohlenensäurehaltiges Mineralwasser
360 g Dinkelvollkorn gem
280 g Gerstevollkorn gem

550 g kohlenensäurehaltiges Mineralwasser
770 g Roggenvollkorn gem
20 g Salz

2 Königskuchenbackformen a 30 cm
Backpapier dafür

* Sauerteig en- /besteht aus 3 El Vorteig (vom letzten Brot backen)

1 Schraubglas mit ca 550 ml Inhalt
ca 2 cm hoch trocknes Roggenmehl

3 El Vorteig

darauf trocknes Roggenmehl bis ca 0,45 voll,
ein wenig verrührt.

Deckel drauf , ab in den Kühlschrank, hält sich Wochen.

Den Inhalt am Abend vor dem backen, in eine Schüssel, kein Kunststoff,
schütten + mit ca 300 ml kohlenensäurehaltiges Mineralwasser auffüllen,
den gekrümelten Vorteig mit einer Gabel zerdrücken, einen Deckel auf die
Schüssel + über Nacht gehen lassen, an einem warmen Ort, so erhalte ich
dann den Sauerteig.

Zubereitung

Vorteig

Den Sauerteig in die Rührschüssel geben, 550 g kohlenensäurehaltiges Mine-
ralwasser dazu, rühren lassen, Dinkel + Gerste mahlen, dazu + verrühren.
Schüssel entnehmen, ein feuchtes Tuch über die Öffnung legen.

In den Backofen, wo in die Fettpfanne, die ganz unten in der ersten Rille ,
mit ca 2 l Wasser gefüllt, auf dem Rost darüber die Schüssel gestellt wird.
Auf ca 30°C , Ober- + Unterhitze, Licht an + ein wenig mehr.

Ca 2-3 h

Hauptteig

Schüssel mit dem gegangenen Vorteig wieder in die Küchenmaschine stellen, Knethaken rein, ein wenig rühren lassen.

Jetzt 3 El Teig abnehmen, + in das mit ca 2 cm Roggenmehl gefüllte Schraubglas geben, + mit dem Rest trockenen Roggenmehl auffüllen , ein wenig vermischen, Deckel drauf , ab in den Kühlschrank.

550 g kohlenensäurehaltiges Mineralwasser zu dem Vorteig in der Rührschüssel geben, rühren lassen,
nun das Roggenmehl welches mit 20 g Salz vermischt , dazu geben, + ca 10 min langsam rühren lassen.

Ist ein Rührteig ähnlich.

Schüssel wieder entfernen, feuchtes Tuch drüber, wieder ab in den geheizten Backofen 30°C, ca 2 h.

Danach nochmals durchrühren + wiederum für ca 30 min gehen lassen.

Dann nur noch durch rühren , den Teig dann in die zwei mit Backpapier ausgelegten Backformen gießen.

Die gefüllten Backformen wieder in den Ofen geben, + nochmals ca 60 min gehen lassen.

Dann mit Umluft bei ca 150°C 70 min backen.
Nadelprobe

Die Oberfläche der Brote mit heißem Wasser abspritzen.
Auf ein Kuchenrost gleiten lassen + abkühlen, über Nacht.

Freitag den 06.01.06 Hans60

Dreikornbrot Hafer F



Zutaten für 1 Portionen

1 Teig, Sauerteigansatz*

300 ml Mineralwasser, Kohlensäurehaltiges
150 g Roggen - Vollkorn, gemahlen

Für den Teig: (Vorteig)

550 g Mineralwasser, Kohlensäurehaltiges
360 g Dinkel - Vollkorn, gemahlen
280 g Hafer - Korn gefroren, gemahlen

Für den Teig: (Hauptteig)

550 g Mineralwasser, Kohlensäurehaltiges
770 g Roggen - Vollkorn, gemahlen
20 g Salz

Vorbereitung:

1 Sauerteigansatz mit zimmerwarmem Kohlensäurehaltigen Mineralwasser + Roggen gem. verrühren, mit einem feuchten Tuch abgedeckt, gehen lassen.

Vorteig:

Den Sauerteig in die Rührschüssel geben, 550 g Kohlensäurehaltiges Mineralwasser dazu, rühren lassen, Dinkel + gefrorenen Hafer mahlen, dazu + verrühren. Schüssel entnehmen, ein feuchtes Tuch über die Öffnung legen + bei Zimmertemperatur über Nacht gären lassen.

Hauptteig:

Schüssel mit dem gegangenen Vorteig wieder in die Küchenmaschine stellen, Knethaken rein, ein wenig rühren lassen.

Jetzt 3 El Teig abnehmen + in das mit ca. 2 cm Roggenmehl gefüllte Schraubglas ca. 700 ml geben + mit trockenem Roggenmehl auffüllen, ein wenig vermischen, Deckel drauf, ab in den Kühlschrank, für das nächste Brot.

550 g Kohlensäurehaltiges Mineralwasser zu dem Vorteig in der Rührschüssel geben, rühren lassen, nun das Roggenmehl, welches mit 20 g Salz vermischt ist, dazu geben + ca. 10 min langsam rühren lassen. Ist einem Rührteig ähnlich. Schüssel wieder entfernen, feuchtes Tuch drüber, Ruhen lassen, kann über 4 h dauern, je nach Zimmertemperatur ODER in den geheizten Backofen 30°C, Licht an + ein wenig mehr, ca. 2 h, in der Fettpfanne darunter sollte Wasser sein.

Danach nochmals durchrühren + wiederum für ca. 30 min gehen lassen. Dann nur noch durchrühren, den Teig dann in zwei mit Backpapier ausgelegte Königskuchenbackformen gießen. Die gefüllten Backformen wieder in den Ofen geben + nochmals ca. 60 min gehen lassen.

Die Oberflächen des gegangenen Teiges längs mit einem Messer einschneiden + alles mit Wasser bepinseln. Dann mit Umluft bei ca. 150°C 70 min backen. Länger nicht, wird nur die Kruste hart. Nadelprobe. Die Oberfläche der Brote mit heißem Wasser abspritzen. Auf ein Kuchenrost gleiten lassen + abkühlen, (über Nacht).

*Sauerteigansatz siehe in mein Profil

Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten
18.04.06 Hans60

18.05.2006 18:16 Kommentar von Hans60

1 El Kümmel +
+ 100 g Sonnenblumenkerne ganz
1 El Koriander +
1 El Kümmel gem

Alle Zutaten nur zusammen mischen,
eine Maschine nicht nötig.
Anstelle Wasser zum abreiben des gebackenen Brotes,
Rapsöl oder anderes,
hält die Kruste noch Tagelang knusprig

Dreikornbrot Ohangoron

Dinkel Hafer Gerste

Sauerteig (Ansatz)
300 ml kohlenensäurehaltiges Mineralwasser ca

650 g kohlenensäurehaltiges Mineralwasser
360 g Hafer nicht so fein, mindestens 1 h vor dem mahlen einfrieren
280 g Gerste nicht so fein, gem,

400 + evtl 50 g kohlenensäurehaltiges Mineralwasser
750 g Dinkel fein gem
20 g Salz

2 Backformen 1 a 30 cm + 1 a 35 cm
Backpapier dafür

ca die 3 El trocken gerührten Sauerteig mit dem Mehl, (im Glas 720 ml)
vom letzten Brot backen, den Abend vorher wieder aktivieren,
in eine Schüssel mit ca 300 ml kohlenensäurehaltiges Mineralwasser,
den Sauerteig Klumpen, mit einer Gabel zerdrücken, + verrühren.

Deckel drauf oder ein feuchtes Tuch + bei Zimmertemperatur über Nacht gären lassen.

Vor dem Weiter verarbeiten, kurz umrühren, 3 El Sauerteig entnehmen, wieder in das 720 ml Glas, + mit gem Mehl dreiviertel das Glas auffüllen, kurz den Sauerteig trocken rühren, Deckel drauf, ab in den Kühlschrank, für das nächste Brot.

Vorteig:

Den aktivierten Sauerteig in die Rührschüssel der Küchenmaschine geben. 650 g kohlenstoffhaltiges Mineralwasser dazu geben + langsam rühren lassen.

Hafer mindestens 1 h vor dem mahlen einfrieren, sonst flockt er nur aus, + zusammen mit der Gerste schrotten, nicht zu fein.

Alles gut verrühren lassen, kleine Stufe 1 oder 2 reichen, ca 5 min.

Die Rührschüssel mit einem feuchten Tuch oder Deckel bedecken, in den Backofen stellen, Ober- + Unterhitze, bei 30°C Licht an + ein wenig mehr, ca 3 h ,

in der Fettpfanne darunter sollten schon 1 l Wasser sein, sorgt für die nötige Feuchtigkeit.

Der Teig sollte sich deutlich gehoben haben, ebenso sollten kleine Luftblasen erkennbar sein.

Hauptteig:

Die Rührschüssel wieder in die Küchenmaschine stellen, Knethaken rein kurz durch rühren lassen ,

400 g kohlenstoffhaltiges Mineralwasser zugeben, rühren lassen, kleine Stufe.

Salz + 750 g Dinkel vermischen, dazu geben + auf Stufe 2 langsam rühren lassen, evtl noch 50 g kohlenstoffhaltiges Mineralwasser dazu geben, sollte wie ein Rührteig sein, lieber etwas mehr, geht besser auf.

15 min rühren wären nicht schlecht.

In die mit Backpapier ausgelegten Backformen gießen, bitte in die 30ziger, etwas mehr als die Hälfte einfüllen, NICHT mehr, läuft sonst aus der Form. Evtl glatt streichen.

Beide Backformen wieder

in den Backofen stellen, bei 30°C Ober- + Unterhitze, Licht an + ein wenig mehr, ca 3 h,

in der Fettpfanne darunter sollten schon 1 l Wasser sein, sorgt für die nötige Feuchtigkeit.

der Teig muss sichtbar sich gehoben haben.

Die Oberfläche des gegangenen Teiges längs + wer will auch quer , ca 1 cm tief einschneiden, + den Teig mit lauwarmen Wasser einpinseln.

Das Wasser in der Fettpfanne muss drin bleiben.
Bei ca 160° Umluft ohne vorheizen ca 70 min backen. Nadelprobe.

Eigenes Rezept, Mittwoch, 1. Februar 2006 Hans60

Dreikornschrotbrot Bo`ka F



eigenes Rezept

Zutaten für 1 Portionen

100 g Teig (Sauerteigansatz) +
150 g Roggen - Vollkorn, gemahlen +
250 g Mineralwasser, kohlenensäurehaltiges, ergibt
250 g Teig (Sauerteig)

Für den Teig: (Vorteig)

600 g Mineralwasser, kohlenensäurehaltiges
200 g Roggen - Vollkorn, gemahlen
450 g Hafer, (Nackthafer) sehr grob geschrotet

Für den Teig: (Hauptteig)

100 g Mineralwasser, kohlenensäurehaltiges
150 g Hafer, (Nackthafer) geschrotet
300 g Dinkel - Vollkorn, geschrotet
3 TL Salz
3 EL Olivenöl

Den Ansatz mit Roggenvollkornmehl + Wasser verrühren + bei Zimmer-
temperatur, von morgens bis abends, zugedeckt stehen lassen.

Vorteig: Den Sauerteig mit 600 ml lauwarmem kohlenensäurehaltigen Mine-
ralwasser und dem Roggenvollkorn, gem. + Nackthaferschrot, sehr grob,
glatt rühren. Die Schüssel mit einem Tuch bedecken und in einem warmen
Raum (25-30° C) über Nacht stehen lassen.

Am nächsten Tag, Hauptteig : Vom Vorteig 3 El abnehmen + in einem
Schraubglas mit Roggenvollkorn trocken rühren, fürs nächste Brot.

300 g Dinkelvollkorn + 150 g Nackthafer, geschrotet, 3 TL Salz und 100 g Wasser zum Sauerteig geben. Ca. 10 min rühren lassen. Den Teig zuge- deckt ca. 2 h in den Backofen geben, bei 30°C , Licht an + ein wenig mehr.

In die Fettpfanne ca. 500 -1000 ml Wasser füllen.

Den Teig 5 min rühren, 3 EL Olivenöl mit einarbeiten lassen, ist dann ei- nem Rührteig ähnlich, weitere 5 min rühren/kneten lassen.

In eine mit Backpapier ausgelegte Königskuchenbackform geben, glatt streichen.

In den Backofen geben bei 30°C, Licht an + ein wenig mehr, ca. 4- 5 h gehen lassen. Dann die Oberfläche des gegangenen Teiges längs ein- schneiden + mit Wasser bestreichen. Wasser in der Fettpfanne belassen. In den kalten Backofen bei 160°C Umluft 60- 70 Min. backen. Nadelprobe. Beim Backen das Wasser in der Fettpfanne des Backofens belassen.

Fazit: Die Teigmenge reicht in dieser Backform für etwas mehr als die Hälfte. Die Gehzeit in der Backform betrug dieses mal 4 h, bis sich sicht- bar der Teig gehoben hat, trotz Backofen. Die Höhe erreicht nicht ganz den Rand.

Anschneiden, nachdem das Brot eine Nacht geruht hat, ist empfehlens- wert. Sehr luftig, saftig, ohne das es Klitsch ist. Hefe nicht erforderlich. Geschmackvoll. Schwierigkeitsgrad: normal

Zubereitungszeit: ca. 60 Minuten

22.05.06

PS

Sollte nach der reguellen Backzeit, noch Teig am Stäbchen sein, die 35 cm Backform aus dem Ofen, Backpapier vorsichtig entfernen, das ganze Brot mit Olivenöl oder anderes Öl einpinseln, + mit dem Kopf nach unten, auf das Backrost geben, + noch ca 15 - 20 min (Umluft) weiter- backen.

Mit freundlichen Grüßen

Hans

[Einfaches Buttermilch Vollkornbrot](#) M

Zutaten für 1 Portionen

700 g Weizenvollkornmehl

500 ml Buttermilch

14 g Salz

40 g Hefe

Mehl oder Fett für das Blech
Wasser

Zubereitung

Den Weizen fein mahlen. Hefe und Salz in der warmen Buttermilch verrühren, das Weizenvollkornmehl dazugeben und alles 10 Minuten kneten Handmixer oder Küchenmaschine. Der Teig soll sich danach völlig vom Schüsselrand gelöst haben und nicht mehr kleben, so dass er auch von Hand weiter geknetet werden kann. Nun abdecken und 30 Minuten warm stellen.

Danach mit der Hand nochmals einige Minuten kneten jetzt können z.B. auch Sonnenblumenkerne untergeknetet werden, die den Teig vor dem ersten Gehen beschweren würden und zu einem länglichen Laib formen. Zum nochmaligen Gehen entweder mit dem Teigschluss nach unten auf ein gefettetes Backblech setzen oder mit dem Teigschluss nach oben in ein bemehltes längliches Gärkorbchen 36-cm-lang legen, abdecken und ca. 20 Minuten gehen lassen.

Danach kann man das auf dem Backblech gegangene Brot mit einem Messer je dreimal schräg einschneiden. Das im Gärkorbchen gegangene Brot wird nicht eingeschnitten, da es schöne Rillen hat. Das Brot mit Wasser besprühen und auf der zweiten Schiene von unten im auf 230°C vor geheizten Backofen, in den unten ein flaches Gefäß mit Wasser gestellt wird, 20 Minuten, danach 30 Minuten bei 200°C fertig backen.

Da das Brot frei geschoben ist und mit Wasser besprüht wurde, hat es eine sehr schöne, knusprige Kruste. Durch das lange Kneten wird die Krume im Brot schön gleichmäßig und das Brot krümelt nicht beim Anschneiden.

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten
18.10.05 Rosi-von-der-Weide

Goldtoast 2 Eigelb ?

300 ml Wasser
500 g Weizenvollkornmehl
42 g Hefe (=1 Würfel)
30 g Zucker
50 g Öl

2 Eigelb ?

Das Brot geht sehr stark. Es wiegt 850 g. Ich habe ein Mix aus Vollkorn-Weizenmehl und Vollkornweizenschrot genommen. Schmeckt ganz gut. Versuchen sollte ich, nur ein Eigelb einzusetzen. Das Brot riecht zwar

nach Ei, es hat aber nur geringen Einfluss auf den Geschmack.

Grünkernbrot M

Zutaten für 3 Portionen

250 g Grünkern, geschrotet

250 g Wasser, heißes

1700 g Roggen - Sauerteig

850 g Mehl Roggenvollkornmehl

850 g Mehl Weizenvollkornmehl

250 ml Rübenkraut

500 ml Buttermilch

250 ml Wasser

35 g Salz

Zubereitung

Den Grünkernschrot mit dem heißen Wasser übergießen und mind. 12 Stunden stehen lassen.

Alle Zutaten in eine große Schüssel geben und gut miteinander verkneten. 30 Minuten ruhen lassen.

Den Teig noch einmal durchkneten und auf 2 große Brotbackformen 35 cm und eine kleinere Kastenform verteilen, einschneiden und mit Wasser besprühen. Die Brote im Backofen bei 50 Grad ca. 2 Stunden gehen lassen, bis sie sich verdoppelt haben.

Noch einmal einsprühen und bei 200 Grad ca. 1 Stunde backen, danach zum letzten Mal einsprühen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

14.09.05 sonja8475

Haferbrot

450 g gefrorenen Nackthafer +

150 g Dinkelvollkorn +

1 TI Korianderkörner gem.

*

1 Prise Vollrohrzucker

2 gute Msp Schabzigerklee gem

1 TI Salz

1 Tüte (17 g) Weinsteinbackpulver f 500 g Mehl

450 g kohlenensäurehaltiges Mineralwasser

1 a 24 cm Königskuchenbackform
Backpapier dafür

Alle Zutaten miteinander vermischen + gut 8-10 min rühren lassen,
(Stufe II). Ist ein zäher Rührteig

In die mit Backpapier ausgelegte Backform gießen, mit einem umgedrehten nassen Esslöffel glatt streichen, + mit einem Messer den Teig längst einschneiden.

bei 160°C Umluft, ohne vorheizen, ca 55-60 min backen.
Nadelprobe.

Eigenes Rezept, Hans60 Mittwoch, 15. Februar 2006

PS

*Wer will kann auch noch Kümmel zu nehmen, oder auch Brotgewürz, aber sparsam, dann...

Geschmacklich nicht schlecht, mit gesalzener Butter belegt, noch ein wenig warm das Brot,
lohnt sich aber nicht für solch ein kleines Brot den Backofen an zu machen.

Irisches Brown Bread M

Zutaten für 1 Portionen
600 g Mehl grobes Vollkornmehl
180 g Mehl, weiß
2 TI Natron Backsoda
1 TI Salz
1 EI Zucker, braun
2 EI Olivenöl

600 ml Buttermilch

Zubereitung

Das weiße Mehl und das Backsoda in eine Schüssel sieben. Dann das grobe Vollkornmehl, Salz und den braunen Zucker dazugeben und gut verrühren. Danach das Olivenöl und die Buttermilch dazugeben und 2 Minuten mit dem Kochlöffel gut verrühren. Eine 1-kg-Backform leicht mit Öl

bestreichen, den Teig einfüllen und im vor geheizten Ofen bei 180°C auf der Mittelschiene etwa 40 Minuten backen, bis es braun ist.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

08.10.05 Sahnebonbon

Körner Vollkorn Brot

Zutaten für 2 Portionen

400 ml Sauerteig *

1 l kohlenstoffhaltiges Mineralwasser

1 kg Roggenvollkorn ganz

Hauptteig

3 TI Salz

500 g Roggenvollkorn fein gem

2 a 30 cm Königskuchenbackform

Backpapier dafür

Vorteig Zubereitung:

In 400 ml Sauerteig ein Liter kohlenstoffhaltiges Mineralwasser einrühren

+

1 kg Roggenvollkorn ganz, vermischen, + bei Zimmertemperatur eine Nacht oder 12 Stunden zugedeckt stellen!

Hauptteig Zubereitung:

In den Vorteig, 500 g Roggenvollkorn fein gem, sowie ca 3 TI Salz, ein-kneten lassen, auf kleiner Stufe , gut 12- 15 min. So das dann es alles gut vermischt sei.

In 2 a 30 cm große mit Backpapier ausgelegten Kastenbackform geben/ gießen, vor dem Backen nochmals warm stellen und ruhen lassen, bis sich der Teig sichtbar gehoben hat, Die Oberfläche des gegangenen Teiges mit einem Messer ca 0,5 cm einschneiden, + nochmals mit Wasser einstreichen.

mit Alufolie matte Seite nach oben abdecken, ein kleines Loch in die Folie stechen, damit der Dampf beim Backen entweichen kann, (einen Tipp von Friesin, hat sich gut gewährt)

dann ca 120-160 min bei 160° Umluft ohne vorheizen backen. Vor Ende der Backzeit 10 Minuten die Folie abnehmen und weiterbacken.

Ca 500 ml Wasser unter das Backrost in die Fettpfanne gießen!!!
Eine Garprobe machen mit einer Stricknadel oder Holzstäbchen, sollte nichts mehr kleben.

Sofort nach dem Backen die Kruste mit Olivenöl einpinseln, gibt einen schönen Glanz und die Kruste bleibt geschmeidiger! (einen Tipp von Friesin, hat sich gut gewährt)

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten für beide.

* vom Sauerteig gut 1- 2 El abnehmen, + ,mit Roggenvollkorn gem, in ein Schraubglas geben, trocken vermischen, für den nächsten Sauerteig.

Sonntag, 5. März 2006, Hans60

Leckeres Vollkornbrot M

Zutaten für 1 Portionen

125 g Roggenschrot

125 g Weizenschrot

125 g Mehl, Vollkornmehl, halb Weizen, halb Roggen

125 g Sonnenblumenkerne

125 g Leinsamen

1.5 TL Salz

1.5 El Rübenkraut

½ Liter Buttermilch

Zubereitung

Zubereitung im Heißlufttherd

Alle Zutaten bekommt man im Naturkostladen, Mehl und Schrot wird dort frisch gemahlen mischen und gut durchkneten. ACHTUNG - die Buttermilch muss Zimmertemperatur haben!!!! Der Teig braucht nicht zu gehen - es schadet ihm aber auch nichts.

Eine Kastenform mit Backpapier oder Alufolie auslegen und den Teig einfüllen. Bei 150 °C im Heißluftofen ½ Std. backen, dann mit Alufolie abdecken und etwa weitere 45 - 60 Min. backen.

Das fertige Brot aus dem Kasten stürzen und langsam abkühlen lassen. - Wenn kein Heißluftofen vorhanden, dann bei Ober- Unterhitze bei 170 °C. Zubereitung im Backautomaten: Die lauwarme Buttermilch als erstes einfüllen, dann das Schrot und das Mehl, zum Schluss Salz, Rübenkraut und die Hefe. Einstellung: Großes Brot - Vollkornbrot - dunkel.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
29.03.04 eddathiele

Maisbrot 2 Ei M

Zutaten für 16 Portionen

150 g Mehl Weizenmehl, frisch gemahlen

225 g Maismehl

1 TI Zucker, braun

½ TI Salz

¾ TI Natron

1 Ei Backpulver

250 ml Buttermilch

200 g Mais, aus der Dose, teilweise zerdrückt

2 Eier

Zubereitung

Mehl, Maismehl, Zucker, Natron, Backpulver und Salz vermischen. Buttermilch mit Eiern verrühren, mit der "Mehlmischung" vermischen und Mais unterziehen. In eine mit Backpapier ausgeschlagene Kastenform geben und bei 200Grad ca. 30 Minuten backen. Das Brot ist fertig, wenn es auf Druck leicht nachfedert.

Es ist hervorragend zu Brathühnchen, zu Salaten oder zu Bohnensuppe, man kann es gut zum Picknick mitnehmen oder zu einer Party.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
30.04.03 Eimerp

Quarkzopf 2 Ei M

500 g Dinkel gem

2 Eier

geriebene Schale einer unbehandelten Zitrone

0,5 TI Bourbon Vanille Pulver

250 ml Milch

1 Päckchen Hefe

60 g ungehärtete Margarine zerlassen

40 g Fruchtzucker
1 Msp. Salz

Streumehl

Füllung:

500 g Magerquark (wurde nicht alles verbraucht)

30 g Mondamin

40 g Fruchtzucker

geriebene Schale von einer halben unbehandelten Zitrone

50 g Rosinen

Zutaten für den Teig verkneten. Zum Gehen lassen warm stellen ca 60 min. Ausrollen. So flach wie möglich , bei mir wurde es ca 120 x 30 cm. Zutaten für die Füllung mischen und auf den Teig dünn streichen. Wurde nicht alles gebraucht, als Dessert, oder gleich auf essen
Zusammenrollen und in zwei Stränge teilen. Zopf flechten und auf einem mit Backpapier ausgelegtes Backblech erneut gehen lassen, ca 30 min
Oder in ein mit Backpapier ausgelegte 35 cm Kastenform geben.
Darin verlängert sich die Backzeit ein wenig, Nadelprobe machen

Im auf 160° Umluft ,vorgeheizten Ofen 40 Minuten backen.

(auch für Diabetiker, 2 BE/ Stück bei 18 Stück)

Samstag, 15. April 2006, Hans60

Habe das Rezept ein wenig angepasst, beim 1. x, ging es schief

Quarkzopf Toshkent II M F



Zutaten für 1 Portionen

500 g Dinkel - Vollkorn, gemahlen

1 Tüte/n Hefe (Trockenhefe)

40 g Fruchtzucker

1 Msp. Salz

½ TL Vanille - Pulver (Bourbon)

1 Zitrone(n), unbehandelt, geriebene Schale
60 g Margarine, ungehärtete

125 ml Milch

125 ml Mineralwasser, kohlenstoffhaltiges

1 Banane(n), (ca 130 g geschält)

Mehl und Streumehl

Für die Füllung:

150 g Quark bis 200 g, Magerquark (wurde nicht alles verbraucht)

1 Banane(n), pürieren

30 g Fruchtzucker

½ Zitrone(n), unbehandelt, geriebene Schale

Zutaten für den Teig: erst die trockenen ein wenig vermischen. Die Banane in der Milch + Wasser pürieren + mit der Margarine zusammen zum trockenen Teig geben, + gut auf kleiner Stufe 5-8 min kneten lassen, mit ein wenig Mehl bestreuen, damit der Teig beim Gehen nicht austrocknet, zum Gehen lassen warm stellen, ca. 60 min. Backofen Ober- + Unterhitze ca. 30 - 40°C, Tür einen Spalt offen lassen.

Teig flach + dünn ausrollen.

Zutaten für die Füllung mischen und auf den Teig dünn streichen. Wurde nicht alles gebraucht. (wenn zu dick aufgetragen, sammelt sich beim Backen alles an einer Stelle)

Zusammenrollen und in zwei Stränge, wer will in drei, teilen. Zopf flechten und auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech erneut gehen lassen, ca. 30 min. Oder in eine mit Backpapier ausgelegte 35 cm Kastenform geben. Darin verlängert sich die Backzeit ein wenig, Nadelprobe machen.

In den kalten Backofen, bei 160° Umluft ca. 50 min Minuten backen.

Fazit: Ist riesig geworden ca. 34 x 18 x 6-7 cm + auch nicht zu süß.

Schwierigkeitsgrad: simpel

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

07.08.06 Hans60

Roggenbrot

Ca 300 ml Sauerteig *

550 g kohlenstoffhaltiges Mineralwasser

650 g Roggenvollkorn nicht ganz fein gem

600 g kohlenstoffhaltiges Mineralwasser

770 g Roggenvollkorn gem

20 g Salz

2 Ei Olivenöl

1 Königskuchenbackformen a 30 cm + 1 a 35 cm
Backpapier dafür

Zubereitung

Vorteig

Den Sauerteig in die Rührschüssel geben, 550 g kohlenstoffhaltiges Mineralwasser dazu, rühren lassen,

Roggen nicht ganz fein mahlen, dazu + gut verrühren.

Schüssel entnehmen, ein feuchtes Tuch über die Öffnung legen.

In den Backofen, wo in die Fettpfanne, die ganz unten in der ersten Rille , mit ca 2 l Wasser gefüllt, auf dem Rost darüber die Schüssel gestellt wird. Auf ca 30°C , Ober- + Unterhitze, Licht an + ein wenig mehr.

Ca 2-3 h

Hauptteig

Schüssel mit dem gegangenen Vorteig wieder in die Küchenmaschine stellen, Knethaken rein, ein wenig rühren lassen.

Jetzt ca 2-4 Ei Teig ca abnehmen, + in das mit ca 2 cm Roggenmehl gefüllte Schraubglas geben, + mit dem Rest trockenen Roggenmehl auffüllen , ein wenig vermischen, Deckel drauf , ab in den Kühlschrank.

600 g kohlenstoffhaltiges Mineralwasser zu dem Vorteig in der Rührschüssel geben, rühren lassen,

nun das Roggenmehl welches mit 20 g Salz vermischt , dazu geben, + ca 10 min langsam rühren lassen,

nach ca 8 min rühren 2 Ei Olivenöl / anderes in den Teig geben, + verrühren, lässt sich besser schneiden.

Ist ein Rührteig ähnlich.

Schüssel wieder entfernen, feuchtes Tuch drüber, wieder ab in den geheizten Backofen 30°C, ca 2 h.

Danach nochmals durchrühren + wiederum für ca 30 min gehen lassen.

Dann nur noch durch rühren , den Teig dann in die zwei mit Backpapier ausgelegten Backformen gießen,

in die 30 cm bitte nur gut halb voll, (läuft sonst raus)

den Rest in die große füllen, beide mit einem nassen großen Löffel glatt streichen, längst + quer einschneiden, ca 0,5 - 1 cm tief

Die gefüllten Backformen wieder in den Ofen geben, + nochmals ca 60 - 120 min gehen lassen. Die „kleine" sollte bis zum Rand gefüllt sein.

Die Oberfläche der gegangenen Teige nochmals mit Wasser einstreichen

Dann mit Umluft bei ca 150°– 160°C 70 min backen.

Wasser unbedingt in der Fettpfanne belassen.

Nadelprobe

Die Oberfläche der Brote mit heißem Wasser abspritzen.

Auf ein Kuchenrost gleiten lassen + abkühlen, über Nacht.

Freitag, 27. Januar 2006, eigenes Rezept ,Hans60

* Sauerteig en- /besteht aus Vorteig (vom letzten Brot backen)

1 Schraubglas mit 2-4 El Vorteig oder mehr ca 720 ml Inhalt +
ca 2 cm hoch trocknes Roggenmehl, ein wenig verrührt.

Deckel drauf , ab in den Kühlschrank, hält sich Wochen.

Den Inhalt am Abend vor dem backen, in eine Schüssel, kein Kunststoff,
schütten + mit ca 300 ml kohlenensäurehaltiges Mineralwasser auffüllen,
den gekrümelten Vorteig mit einer Gabel + Mehl falls erforderlich, zerdrü-
cken, einen Deckel auf die Schüssel + über Nacht gehen lassen, an einem
warmen Ort, so erhalte ich dann den Sauerteig.

Roggenbrot M

Sauerteigbrot

Zutaten für 4 Portionen

1500 g Roggenschrot, fein gemahlen

½ Liter Buttermilch +

1 Handvoll Kümmel

1 Liter Wasser

1 Pck. Natursauer, aus dem Reformhaus nur beim ersten mal

1000 g Roggenschrot, fein gemahlen

500 g Weizen, fein gemahlen

30 g Meersalz

Gewürze oder Kerne nach Belieben: Koriander, Anis, Kümmel, Fenchel
gemahlen oder ungemahlen, Sonnenblumenkerne

Sesam, ungeschält, zum Bestreuen

¾ Liter Wasser

Die Menge reicht für 4 Kastenformen Brot, so viele gehen auch gleichzeitig
in die Backröhre.

Grundteig:

Die 1,5 kg gemahlene Roggen mit Sauerteig, 0,5 l Buttermilch Kümmel
und 1 l Wasser gründlich in einer großen Schüssel verkneten, 3-5 El Teig

abnehmen und in einem Glas im Kühlschrank aufbewahren hält bei mir ca. 1/2 Jahr.

Buttermilch mit Kümmel ersetzen das oft eingesetzte Backferment, also bitte keine der Zutaten weglassen.

Den Teig mit einem feuchten bis nassen Geschirrtuch zudecken und 1 Tag bei Zimmertemperatur über 20 Grad gehen lassen.

Hauptteig:

Das restliche Mehl aus 500g Weizen und 1 kg Roggen samt evtl. gemahlener Gewürze mit dem Teig und den 0,75 l Wasser und dem Meersalz verkneten, wieder mit einem feuchten bis nassen Tuch zudecken und 12 - 24 Std. gehen lassen - kommt drauf an wie warm es ist und wie intensiv man das Brot will.

Beim Grundteig ist das Verhältnis Mehl zu Flüssigkeit 1:1, beim Hauptteig kommt Mehl und Wasser im Verhältnis 2:1 dazu - das gilt bei Vollkornmehl.

Nach dem Ruhen den Teig nochmals gründlich kneten, eventuell ungemahlene Gewürze, Sonnenblumenkerne oder Kürbiskerne nach belieben unterkneten.

Kastenformen mit Butter austreichen und die Formen jeweils zu 3/4 mit Teig füllen. Sesam darüber streuen und mit einem nassen Löffel andrücken.

Die Formen wieder zudecken und weitere 2 Stunden gehen lassen, bis die Oberfläche leichte Risse hat.

Dann in den ungeheizten Backofen auf die mittlere Schiene stellen, mit Alufolie bedecken. Den Ofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze einstellen. Nach 1 Stunde die Alufolie entfernen und eine weitere Stunde backen.

Wenn das Brot fertig ist klingt es beim Draufklopfen hohl.

Das Brot herausnehmen und etwas in der Form abkühlen lassen, es lässt sich nach ca. 10 Minuten ganz leicht aus dem Kasten stürzen.

Man kann das Brot gut einfrieren, aber am Besten erst einen Tag nach dem Backen.

Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten

08.04.03 wbewbe

Kommentar von wbewbe 09.01.2006 08:12

Hallo Greta,

ich meine schon Buttermilch und Kümmel - Hefe verwende ich nicht.

und an "Bernsteinkette" Dass es mehr als 2h dauern kann bis das Brot aufgeht - manchmal dauert der erste oder zweite Teig auch mehr als die 24h - es ist ein Geduldsspiel - ich weiß, aber ich liebe dieses Brot.

liebe Grüße wbewbe

Roggenbrot mit geriebenen Äpfel F

150 g Sauerteig Ansatz
1250 g Roggen + Mineralwasser
2- 3 säuerliche Äpfel
2 El Honig / Zuckerrübensirup

Hauptteig

500 g Roggen +
20 g Salz

Hallo Zusammen

Veränderung I



In den Vorteig

Zum Sauerteig Ansatz

1250 g Roggenschrot + die gleiche Menge kohlenstoffhaltiges Mineralwasser,
nach Geschmack noch ganze ca 200 g Haselnüsse, Mandeln, Walnüsse usw .

2- 3 säuerliche Äpfel geraspelt/gerieben,
2 El Honig / Zuckerrübensirup.

Alles zusammen vermischen, Maschine nicht nötig,
bei diesen Sommerlichen Temperaturen, reicht es über Nacht, abgedeckt stehen lassen.

Am nächsten Morgen,

ca 1 El vom durch gerührten Sauerteig abnehmen, + mit ca 150 g Roggenvollkornmehl, trocken rühren. in den Kühlschrank.

20 g Salz zugeben +
500 g Roggenvollkornschrot mittelfein gem.

alles zusammen vermischen + in zwei mit Backpapier ausgelegte 35 cm Königskuchenbackformen geben, sie werden ca halbvoll, glatt streichen, Mitte längst mit einem Messer eine Rille ziehen, Ruhen lassen, wenn der Teig die Oberkante erreicht hat, in den kalten Backofen bei 150-160°C Umluft 110 min backen.

man kann die Folie auch weg lassen,
Nadelprobe auch nicht erforderlich, da das Brot ja nochmals fast 50 min gebacken wird.

Nach 110 min raus aus dem Ofen , Backpapier vorsichtig abziehen, Brote mit Raps- oder Olivenöl einstreichen. + wieder in den Ofen, nochmals fast 50 min backen, auskühlen lassen, vor dem anschneiden.

Nach Geschmack kann man auch Ölsaaten aller Art, ganz, mit verwenden, da reicht dann aber es in den Hauptteig, zu tun.

Backe dieses Brot jetzt 2 x die Woche, + dies schon gut drei mon.

Mit freundlichen Grüßen

Hans

Sauerteig M

Zutaten für 1 Portionen
500 g Mehl Roggenmehl, fein gemahlen
500 ml Wasser, lauwarm

2 El Buttermilch

Zubereitung

Das fein gemahlene Roggenmehl mit dem lauwarmen Wasser und der Buttermilch vermischen. In ein sauberes Schraubglas füllen, gut verschließen und an einem warmen Ort z.B. Küche 3 Tage stehen lassen. Jeden Tag einmal gut umrühren.

Der fertige Sauerteig ist aufgeplustert und schmeckt zart säuerlich
schmeckt er scharf säuerlich, essigähnlich und fällt zusammen ist etwas
schief gegangen und er muss weggeworfen werden.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten
10.12.04 Saeros

Kommentar von Küchenharry 20.12.2004 20:16

Hallo,

habe ich ausprobiert. Der Trick mit dem Löffel Buttermilch geht gut, aber
fürs erste Mal habe ich nur 100 gr Roggenmehl genommen und dann den
Rest. Wenn es schief gelaufen wäre, hätte ich sonst ein Pfund Roggen
wegschmeißen müssen.

LG

Küchenharry

Kommentar von ludmillalein 14.02.2005 18:07

Hallo,

der Sauerteig scheint etwas geworden zu sein, auch wenn ich erst mal nur
die Hälfte von allen Zutaten genommen habe. Jetzt fehlt mir aber das
passende Brotrezept dazu. Unter den Sauerteig-Brot-Rezepten hier hab
ich bisher nur eins gefunden, das etwa zu diesem Ansatz passt. Hast Du
da was auf Lager? Ein schön vollkörniges?

Liebe Grüße Ludmilla

Sauerteig Roggenmischbrot F



Zutaten für 1 Portionen
250 g Teig, (Sauerteigansatz)

Für den Teig: (Vorteig)

550 g Mineralwasser, kohlensäurehaltiges
360 g Roggenschrot, Vollkorn, grob
280 g Dinkel - Vollkorn, grob

Für den Teig: (Hauptteig)

550 g Mineralwasser, kohlenstoffhaltiges
770 g Roggen - Vollkorn, fein gemahlen
20 g Salz

Vorteig:

Den Sauerteig in die Rührschüssel geben, 550 g kohlenstoffhaltiges Mineralwasser dazu, rühren lassen, Roggen- + Dinkelschrot dazu + verrühren. Schüssel entnehmen, ein feuchtes Tuch über die Öffnung legen + bei Zimmertemperatur über Nacht gären lassen.

Hauptteig:

Schüssel mit dem gegangenen Vorteig wieder in die Küchenmaschine stellen, Knethaken rein, ein wenig rühren lassen. Jetzt 3 El Teig abnehmen + in das mit ca. 2 cm Roggenmehl gefüllte Schraubglas, ca. 700 ml geben, + mit trockenem Roggenmehl auffüllen, ein wenig vermischen, Deckel drauf, ab in den Kühlschrank.

550 g kohlenstoffhaltiges Mineralwasser zu dem Vorteig in der Rührschüssel geben, rühren lassen, nun das Roggenmehl, welches mit 20 g Salz vermischt wurde, dazu geben + ca. 10 min langsam rühren lassen. Ist einem Rührteig ähnlich.

Den Teig dann in die zwei mit Backpapier ausgelegten Königskuchenbackformen gießen. Glattstreichen. Die gefüllten Backformen in den Ofen geben bei 30°C, Licht an + ein wenig mehr, + nochmals ca. 60 min oder mehr, gehen lassen. Umso höher der Roggenanteil, um so weniger geht der Teig.

Den gegangenen Teig mit Wasser einpinseln. In den kalten Backofen mit Umluft bei ca. 160°C 70 min backen. Länger nicht, wird nur die Kruste hart.

Unter dem Rost, wo die Backformen drauf stehen, sollte die Fettpfanne mit ca. 1 L Wasser sein. (schon beim gehen) Bei Ober- + Unterhitze sollte einen Tassentopf mit heißem Wasser neben den Backformen stehen. Vorheizen auf ca. 190°C + ca. 45 -50 min backen. Nadelprobe. Die Oberfläche der Brote mit heißem Wasser abspritzen. Auf ein Kuchenrost gleiten lassen + abkühlen, über Nacht.

*Sauerteigansatz siehe in mein Profil

Zubereitungszeit: ca. 1 Std.
29.04.06 Hans60

Schrotbrot To`ytepa

250 g Sauerteig

700 g kohlenensäurehaltiges Mineralwasser

200 g Roggenvollkorn gem

900 g Roggenschrot

3 TL ; Salz

2 EI Olivenöl

Schwarzer Kaffee

1 a 35 cm Königskuchenbackform

Backpapier dafür

Den Ansatz mit Roggenvollkornmehl + Wasser verrühren, + bei Zimmertemperatur,
Morgens bis Abends zugedeckt stehen lassen.

Den Sauerteig mit 250 ml lauwarmes Wasser und dem Roggenvollkorn gem glattrühren.

Die Schüssel mit einem Tuch bedecken und in einen warmen Raum (25-30 °C) über Nacht stehen lassen.

Am nächsten Tag Roggenschrot, Salz und das restliche Wasser zum Sauerteig geben. Ca 10 min rühren lassen. Den Teig zugedeckt ca 2 h In den Backofen geben, bei 30°C , Licht an + ein wenig mehr.

5 min rühren, 2 EI Olivenöl mit ein arbeiten lassen, ist dann ein Rührteig ähnlich, weitere 5 min rühren/kneten lassen

In eine mit Backpapier ausgelegte Backform geben , glatt streichen.

In den Backofen geben, bei 30°C , Licht an + ein wenig mehr,
ca 1-2 h gehen lassen, die Oberfläche des gegangenen Teiges längs einschneiden , + mit warmen schwarzen Kaffee bestreichen.

Die Kuchenform aus dem Backofen nehmen.

im vorgeheizten Backofen auf der mittleren Schiene bei 225° C 60- 70 Min. backen. Beim Backen eine Tasse kochendes Wasser auf den Boden des Backofens stellen.

Dienstag, 7. Februar 2006 Hans60

[Superleckereres Vollkornbrot](#) M

Zutaten für 1 Portionen

250 g Weizenvollkornmehl

250 g Roggenschrot
250 g Weizenschrot
250 g Leinsamen, ganz

1 Liter Buttermilch, lauwarm

1 Würfel Hefe
2 Ei Rübenkraut
1 Ei Salz

Zubereitung

Mehl, Roggen-, Weizenschrot und Leinsamen in eine große Schüssel geben. Buttermilch und Rübenkraut zugeben. Das Salz mit der Hefe in ein Plastiköpfchen mit Deckel geben. Gut verschließen. Dann ordentlich schütteln, bis die Hefe flüssig ist. Danach zum Teig geben. Alles gut verrühren. Der Teig kommt in eine Kastenform am besten mit Backpapier auslegen, sonst kriegt man das Brot nicht heile raus. In den kalten Backofen stellen und bei 150°C 2 Stunden backen. Schmeckt nächsten Tag sogar noch besser. Einfach nur mit Butter oder Käse essen.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten
16.08.05 sabine9962

Toast Vollkorn Brot Sidaryo

600 g Dinkelvollkorn gem
370 g Sojamilch
1 Tüte Trockenhefe f 500 g Mehl
3 Ei Honig
1 TI Meersalz
80 g geschmolzene ungehärtete Margarine.

evtl Streumehl
1 a 30 cm Kastenform
warmes Wasser
Backpapier dafür

Alle Zutaten ,bis auf das Streumehl, so wie sie sind, ob kalt oder warm, in die Küchenmaschine, stelle den Knethaken an, auf kleiner Stufe reicht, nach 10 - 15 min den Knethaken entfernen. Schüssel mit einem feuchten Tuch abdecken + bei ca 30°C, 60 min gehen lassen.

Ich nehme den Backofen, in die Fettpfanne ganz unten kommt ca 1 l Wasser rein, Licht an + ein wenig mehr.

Ein wenig Streumehl auf die Arbeitsplatte, den Teig aus der Schüssel nehmen, mit der Hand den Teig so breit ausrollen/ drücken wie die Backform breit ist. Den Teig zusammen rollen, + in die mit Backpapier ausgelegte Backform legen, die Oberfläche des Teiges mit einem Kunststoffmesser oder Teigschaber längst eine ca 1 cm Tiefe Rille ziehen.

Die Backform wieder in den Backofen nochmals ca 40- 60 min gehen lassen,

die Oberfläche des gegangenen Teiges mit warmen Wasser einpinseln.

Und bei ca 160°C Umluft ohne vorheizen, mit dem Wasser in der Fettpfanne, ca 40 min backen.

Nadelprobe.

Die Oberfläche des fertigen Brotes mit heißem Wasser einpinseln.

Aus der Backform, am Backpapier anfassen , auf ein Kuchenrost heben, + auskühlen lassen.

Samstag, 14. Januar 2006, Hans60 eigenes Rezept

Vollkorn Toastbrot M

1/3 l Milch

500 g Weizen-Vollkornmehl

1 Hefewürfel (42 g)

1 TL Salz

1 El Honig

Rezept von Barbara Rütting

Milch lauwarm erwärmen. Mehl in eine Schüssel geben, in die Mitte eine Vertiefung schieben, Hefe hineinbröckeln, mit etwas Milch zu einem Vorteig verrühren und ca. 20 Minuten gehen lassen. Restliche Milch, Salz und Honig zugeben und alles zu einem nicht zu lockeren Hefeteig verarbeiten. Teig in eine gefettete Kastenform füllen und zugedeckt an einem warmen Ort eine Stunde gehen lassen. Im Backofen bei 200°C ca. : 70 Minuten backen.

Vollkorn Weizenbrot I

500 g Vollkorn-Weizenmehl

10 g Salz

50 g Schmalz

20 g Hefe

350 ml Wasser; lauwarm

In der Rührschüssel die Hefe in Wasser auflösen. Mehl, Schmalz und

Salz zugeben und mit den Knethaken des Mixers ca. drei Minuten auf höchster Stufe verkneten. Den Teig abgedeckt 30 Minuten abgedeckt gehen lassen. Den Teig nochmals durchkneten, auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einem Strang formen und in eine gefettete Kastenform (ca. 26 cm Länge) legen. Die Oberseite des Brotes ca. 1 cm tief einschneiden. Die Form abdecken und ca. 20-30 Minuten an einem warmen Ort stehen lassen, bis der Teig sich deutlich vergrößert hat. Auf mittlerer Schiene ca. 40 Minuten backen.
E-Herd 200 Grad Umluft 170 Grad

Variationen von Vollkorn-Weizenbrot: Zugabe während des Knetens (bezogen auf 500 g Mehl)

Vollkornbrot mit Buttermilch und Rübekraut M

Zutaten für 3 Portionen

280 g Roggenschrot
280 g Weizenschrot
140 g Leinsamen
140 g Sesam
100 g Sonnenblumenkerne
500 g Mehl Weizenvollkornmehl
1 Ei Jodsalz

1 Liter Buttermilch

250 g Rübekraut
3 Würfel Hefe

Zubereitung

Buttermilch, Hefe und Rübekraut in einem großen Topf erwärmen wegen der Hefe nicht!!! erhitzen. Die restlichen Zutaten vorher gut vermengen und zu der erwärmten Masse geben. Alles miteinander gut verrühren. Die Teigmasse bleibt relativ flüssig. Mehrere Formen fetten und mit Haferlocken austreuen. Den Teig einfüllen, 10-15 min. gehen lassen und dann backen. 3 Std. bei 130-150 Grad C und anschließend noch einmal 1/2 Std. bei 100 Grad C.

Tipp: Die Mehl-Sorten, Sesam, Sonnenblumenkerne und Leinsamen besorge ich mir direkt aus der Mühle. Dort ist es preiswert und die Zutaten sind frisch.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
21.06.05 iceage

Kommentar von Krümel1006 13.02.2006 00:00

Hallo,
ist vielleicht ´ne doofe Frage.....aber was ist Rübenkraut?
Liebe GrüÙe vom Krümel....mit ´einem Fragezeichen im Gesicht.
g

Kommentar von Susa_ 14.02.2006 22:31

Rübenkraut ist ein honigartiger flüssiger Sirup aus der Zuckerrübe, steht im Supermarkt meistens bei Apfel- und Birnenkraut, welches Du auch stattdessen verwenden kannst.

Ich nehme bei dem Rezept nur halb soviel davon, weil es mir sonst zu süß ist und ich nehme unbedingt richtig gutes Meersalz zum Würzen.

Vollkornbrot mit Sonnenblumenkerne

2 TI Sauerteig
600 ml kohlen säurehaltiges Mineralwasser
100 g Sonnenblumenkerne
700 g Dinkelvollkorn gem +
250 g Roggenvollkorn gem.
evtl 0,5 TI Kümmel oder 1 TI fertiges Brotgewürz
2 Tüten Trockenhefe für 1 kg Mehl
2 TI Vollrohrrohrzucker
2 TI Salz
3 EI Olivenöl
evtl Streumehl

Backform (35 cm)
Backpapier

Sauerteig in Mineralwasser verrühren.
Sonnenblumenkerne hellbraun rösten + abkühlen lassen.
Dinkel + Roggen zusammen mahlen.
Trockene Zutaten miteinander vermischen, lassen.
Vermischte Wasser dazu geben + gut 10 min auf kleiner Stufe (2 von 6)
Kneten lassen.
3 EI Öl begeben + noch ca 5 min kneten lassen.

Aus der Schüssel auf die bestreute Arbeitsplatte den Teig geben, ein wenig Streumehl drüber falls nötig, den Teig in die passende Form rollen, drücken, + in die mit Backpapier ausgelegte Backform geben, füllt diese höchsten zu dreiviertel, in der Länge aus.

Ca 2 h im Backofen bei 30°C gehen lassen,
wer will in die Fettpfanne darunter ca 500 ml kalt Wasser geben.

Oberfläche des gegangenen Teiges mit Wasser einpinseln
+ mit dem Wasser in der Fettpfanne ca 70 min bei 160°C Umluft abba-
cken.

Nadelprobe.

Das Brot mit heißem Wasser abpinseln. Auf ein Kuchenrost gleiten lassen.
Abkühlen, vor dem anschneiden.

Eigenes Rezept, Samstag, 4. Februar 2006 Hans60

Vollkornstuten aus Sauerteig M

Zutaten für 2 Brote à ca. 700 g

Zutaten für 2 Portionen

300 g Teig Sauerteig aus Dinkel

500 g Dinkel - Vollkornmehl

1 Becher Buttermilch, 500 ml

2 El Zucker, großzügig

1 El, gest. Salz

100 g Rosinen

100 g Mandeln, gehackt

50 g Butter, zerlassen

Zubereitung

Zuerst die Mandeln in einer Pfanne ohne Fett anrösten.

Sauerteig, Mehl, Salz, Zucker und Butter verrühren, Buttermilch zufügen
bis der Teig eine Rührteigkonsistenz hat. Rosinen und Mandeln zusammen
oder getrennt, je nach Geschmack, unterheben und in Formen füllen. An
einem warmen Ort gehen lassen und bei 180 °C Umluft 30-45 Minuten
backen. Zur Überprüfung ob das Brot gar ist, Stäbchen oder Klopprobe.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

24.12.04 elsocko

Wiltrud mein Brot M

400 g .Weizenvollkornmehl

850 gr. Roggenvollkornmehl
etwas Sauerteig
1/2 Pck. Trockenhefe
28 gr. Meersalz

1/4 Liter Buttermilch

zirka 750 ml. lauwarmes Wasser (je nach Bedarf)
je ein gestrichener Esslöffel Anis, Fenchel, Kümmel
1 gute Messerspitze Schabzigerklee

1. Von der angegebenen Roggenmehlmenge nimmt man 150 gr. Mehl

2. Man verrührt den Sauerteig mit lauwarmen Wasser und gibt ihn zum Mehl und gibt noch soviel Wasser dazu, dass ein breiiger weicher Teig entsteht. Diesen mit Tuch und Plastik gut zudecken und über Nacht an einem warmen Ort stehen lassen
Am Morgen ist dieser Teig leicht schaumig und hat Blasen.

3. Das gesamte restliche Weizen u. Roggenmehl wird vermischt

4. Zu dem angerührten Vorteig gibt man noch ungefähr die halbe Mehlmenge in die Rührschüssel, Salz, Trockenhefe und gemahlene Gewürze und Schabzigerklee dazu.

5. Alles ganz kurz verrühren

6. Die Buttermilch wird mit ungefähr mit 3/4 l lauwarmem Wasser vermengt und man beginnt nun unter rühren das Buttermilch-Wassergemisch in die Teigmasse einzurühren.

7. Das Ganze lässt man ungefähr 10 Minuten in der Küchenmaschine verrühren--es sollte recht weich sein !

8. Diesen weichen Teig jetzt in das restliche verbliebene Mehl am Brett einkneten-- dass ein mittelfester Teig entsteht(nicht zu weich, sonst "zerfließt" das Brot beim Backen.)

Den gekneteten Teig in eine Schüssel geben und zirka 1 1/2 Std. gehen lassen--zuerst ein Tuch darüber und dann einen Plastiksack, damit die Teigoberfläche nicht austrocknet.

9. Nach dem " Gehen" den gesamten Teig nochmals kurz am Brett durchkneten und ein Stück davon weggeben(das ist dann der nächste Sauerteig)

Jetzt den Teig in zwei Hälften schneiden und zwei Wecken formen! Auf ein Blech mit Backpapier geben und abermals 1/2 Std. gehen lassen-- sodass man sieht, dass die Brot schön hoch geworden sind.

Das Backrohr mit 250° vorheizen, die Brote hinein geben und zirka 20 Minuten bei kräftiger Hitze backen --danach auf 180° zurück stellen und noch eine Stunde knusprig backen. Eine kleine Schale mit Wasser soll während dem ganzen Backvorgang im Rohr sein!

Das wär's
Gutes Gelingen beim Ausprobieren und liebe Grüße
Wiltrud

Mittwoch, 11. Januar 2006

Hinweis I

Rezepte wo nur das Datum steht, sind von mir an diesem Tag getestet + oder auch selber zusammen gestellt worden.
Nur diejenigen die auch was geworden sind, erscheinen hier.

Bitte bedenkt

Da ich das Getreide + die Ölsaaten + Nüsse erst kurz vor dem Gebrauch mahle, hat es eine andere Bindekraft (+ auch Geschmack).
Wenn Ihr dagegen mit gekauften Mehlen arbeitet, **kann**, muss aber nicht, das Ihr zu anderen Ergebnissen kommt, als hier beschrieben.

Hinweis F

Bedeutet ein Foto, im Rezept

Mit freundlichen Grüßen

PS

Es sind gesammelte Rezepte, teils noch nicht probiert.

Sowie freigeschalteten Rezepte, mit Datum + Namen, vom www.chefkoch.de teilweise mit den Kommentare , wenn sie zur Aufklärung verschiedener Begriffe beitragen konnten .

Musste teilweise die Überschriften, teilen, damit ich sie besser sortieren konnte.
Bitte um Verständnis.

Fleisch +Fisch ist alles separat zusammen gefasst

Mit freundlichen Grüßen

Hans

Zusammen gestellt Montag, 23. Oktober 2006

www.Hans-joachim60.de

Hinweis für Word

Die Sammlung ist mit **Verdana 12** geschrieben, wer eine kleinere Schriftgröße benutzt, bei dem stimmen die Seitenzahlenangaben nicht mehr, Sind aber weiterhin aktiv.

Der/die gehe bitte auf das jeweilige Verzeichnis ,
erst Inhaltsverzeichnis, dann Index,
mit der RECHTEN Maustaste

Felder aktualisieren / gesamtes Verzeichnis aktualisieren.
Dann speichern, O K.

Montag, 23. Oktober 2006

Mit freundlichen Grüßen

Hans