

1 Teig 4 Brote

... einfacher geht es kaum: aus einem Grundteig, 4 verschiedene kleine Brote.



WalnussBrot, SaatenBrot, MüsliBrot / PausenBrot, MischBrot sind diese Varianten. Es wird ein Grundteig genetet und mit drei verschiedenen Quellstücke, eines ohne Quellstück, zubereitet. Für den Grundteig wird ein Vorteig angesetzt.

Die Zubereitung benötigt jedoch etwas Zeit. ca. 12 Std. für die Quellstücke und Vorteig, und die Backzeiten. .

Zutaten:

Vorteig:

180 g Wasser (30°C warm)

30 g Sauerteig
200 g Weizenmehl Type 550

Quellstück: Walnuss-Joghurt-Brot

70 g Walnüsse
70 g. Joghurt natur

Quellstück: Kern-/ Saatenbrot

70 g Saaten geröstet
70 g Wasser

Quellstück: Müsli-/Pausenbrot

30 g Haferflocken angeröstet
10 g Honig o. Birnendicksaft
1 Apfel grob gerieben
70 g Trockenfrüchte nach belieben

Zubereitung.

Vorteig-Teig: Den Sauerteig zum Wasser geben und aufschlänmen. Das Mehl dazu geben und zu einem Teig mischen. Diesen Vorteig zudecken und 12-15 Std. bei Raumtemperatur gären und aufgehen lassen.

Quellstück Walnus: Die Walnüsse auf einem mit Backpapier belegten Blech im Ofen bei 180 Grad ca. 5-10 Min. rösten. Danach die gut ausgekühlten gerösteten Nüsse grob hacken mit dem Joghurt in einer Schüssel gut vermischen, Zudecken und bis zur Weiterverwendung im Kühlschrank quellen lassen.

Quellstück Kernen: Die Saaten auf einem mit Backpapier belegten Blech im Ofen bei 180 Grad ca. 5-10 Min. rösten. Danach die Saaten mit dem warmen Wasser übergießen und zudecken und bis zur Weiterverwendung im Kühlschrank quellen lassen.

Quellstück Müsli-/Pausenbrot: Den Honig zu den Haferflocken in eine Schüssel geben und einen Apfel dazu reiben/raffeln. Danach die Trockenfrüchte klein schneiden, zu den Haferflocken geben und alles gut durchmischen. Den Vorteig zudecken und bis zur Weiterverwendung im Kühlschrank quellen lassen.

Hauptteig. Vorteig, Wasser, Mehl, Salz und Hefe zum Vorteig geben und alles zusammen 2-3 Min. auf kleiner Stufe ankneten. Danach die Knetgeschwindigkeit erhöhen und den Teig total etwa 15-20 Min. bei mittlerer Geschwindigkeit kneten.

Anschließend aus dem Teig vier gleich grosse Stücke portionieren und einen Teigling in ein gefettetes Teigbecken legen.

Die Quellstücke nacheinander in je einen der restlichen Teiglinge kneten. Die drei fertigen Teiglinge ebenfalls in das Teigbecken legen und alle Teige 90 Min. bei Raumtemperatur gären lassen.

In der Zwischenzeit die Teiglinge dreimal dehnen und falten: Hierzu ziehst Du den Teig an einer Seite leicht hoch und legst den Teig an den gegenüberliegenden Beckenrand. Dies geht am besten, wenn Du Deine Hände vorgängig in etwas Wasser tunkst. Diesen Vorgang von allen vier Seiten wiederholen, den Teig wieder zudecken und weiter ruhen lassen.

formen neutraler Teig: Nach der Gärzeit den neutralen Teig 2-3x über eine mit Roggenmehl bestäubte Arbeitsfläche schleifen, um eine glatte Teigoberfläche zu bekommen. Dabei den Teig mit den Fingern

von einer Seite zur Mitte ziehen und leicht andrücken. Diesen Vorgang reihum wiederholen und den Teig immer wieder in die Mitte falten. Danach den Teig umdrehen (glatte Seite liegt nun oben), die Hände vasenförmig darumlegen und mit leichtem Druck auf der Tischplatte drehen, bis eine gleichmässige Kugel entsteht. Den Teigling mit dem Verschluss nach unten auf ein mit Roggenmehl bestaubtes Teigtuch absetzen.

formen Walnussteig. Auch diesen Teig wie oben beschrieben – allerdings ohne Mehl – rund formen und mit dem Verschluss nach unten auf das Teigtuch absetzen.

Tip:**Historie:**

3.10.2023 erster Versuch

[Brote](#)

[Essen und Mehr](#)

From:

<https://www.ddws.de/> - **d.d.w.s. Ihr Essen und Mehr**

Permanent link:

https://www.ddws.de/brote:1teig_4brote?rev=1696590668

Last update: **06.10.2023 13:11**

