



Köstliches Brot
aus eigener Hand:
So einfach geht's!

Es gibt kaum etwas, das so viel Gemütlichkeit in ein Zuhause bringt wie der Duft von frisch gebackenem Brot. Doch dieses Brot ist anders als die meisten: Der Teig wird kaum geknetet, sondern eher sanft gerührt, was ihm eine wunderbar leichte und zugleich aromatische Konsistenz verleiht. Anstatt viel Zeit in das Kneten zu investieren, lässt man den Teig einfach ruhen, während er



langsam auf die perfekte Konsistenz heranreift. Die Basis bildet eine ausgewogene Mischung aus Weizen- und Roggenmehl, die dem Brot sowohl eine dezente Süße als auch eine herzhaft Tiefe verleiht.

Doch das Geheimnis dieses Brotes liegt nicht nur im Teig, sondern in den zusätzlichen Körnern. Eine großzügige Handvoll Sesam, Leinsamen, Chiasamen und Sonnenblumenkerne sorgt für eine knackige Textur und wertvolle Nährstoffe. Diese Körner verleihen dem Brot nicht nur Biss, sondern auch eine angenehme Geschmacksvielfalt, die jedes Stück zu einem besonderen Erlebnis macht. Die nussigen Noten der Körner harmonieren perfekt mit dem leicht säuerlichen Roggen und der zarten Weizenbasis, sodass jede Scheibe sowohl schmackhaft als auch gesund ist.

Während das Brot im Ofen backt, erfüllt der verlockende Duft die Küche – eine Mischung aus herzhaften, leicht nussigen Aromen, die einem das Wasser im Mund zusammenlaufen lassen. Das Ergebnis ist ein Brot, das außen eine herrlich knusprige Kruste hat, während das Innere saftig und gut strukturiert ist. Der Kontrast zwischen der knackigen Kruste und dem weichen Inneren macht dieses

Brot zu einem Genuss, der sowohl beim Frühstück als auch zu jeder anderen Mahlzeit perfekt passt. Es ist nicht nur die Einfachheit der Zubereitung, die dieses Brot so besonders macht, sondern auch die Vielseitigkeit. Es schmeckt pur, mit Butter bestrichen, oder als Beilage zu herzhaften Gerichten gleichermaßen gut. Außerdem weiß man genau, was in diesem Brot steckt: hochwertige Zutaten, viel Liebe und das wunderbare Gefühl, etwas Eigenes geschaffen zu haben. Dieses Brot sättigt nicht nur den Magen, sondern auch die Seele – ein echtes Stück Handwerkskunst aus der eigenen Küche.

Zutaten

- 700 g Weizenmehl (Typ 550)
- 300 g Roggenmehl (Typ 1150)
- 800 ml Wasser
- 24 g Salz
- 6 g frische Hefe
- 8 g Zucker
- 150 g – 250 g Saaten/Körner nach Geschmack
- Olivenöl



Zubereitung

1. Den Zucker in 100 ml warmem Wasser auflösen. Anschließend die frische Hefe hinzugeben und rühren, bis sich die Hefe vollständig aufgelöst hat.
2. In einer großen Schüssel die Mehlsorten und die Saaten/Körner miteinander vermengen. *Achtet darauf, dass eure Schüssel groß genug ist, da der Teig in seiner Ruhephase stark aufgeht (mehr als verdoppelt) und am besten mit einem passenden Deckel verschlossen werden kann.*
3. Das Salz im restlichen kalten Wasser (700 ml) auflösen. Nun das Wasser in die Schüssel geben.

4. Das „Hefewasser“ ebenfalls dazugeben.
5. Mit einem stabilen Rührlöffel (ich verwende einen massiven Holzlöffel) den Teig solange umrühren, bis alle Zutaten gleichmäßig eingearbeitet sind.
Achtet darauf, dass ihr auch das Mehl am Boden der Schüssel „erwischt“.
6. Bestreicht den Teig rundherum mit etwas gutem Olivenöl (ich nutze dazu nur meine Hände), dann löst er sich später besser aus der Schüssel.
7. Lasst den Teig nun mit einem Tuch abgedeckt bei Zimmertemperatur für ca. 1 Stunde ruhen.
8. Danach wandert der Teig für 24 Stunden in den Kühlschrank.



9. Die Arbeitsfläche (ich verwende dazu ein großes Backbrett aus Holz, 80cm x 60cm) ausreichend mit Mehl bestäuben. Stellt die Schüssel nun kopfüber auf das Brett. Dabei löst sich der Teig von allein heraus.
Ein Qualitätsmerkmal sind viele Luftbläschen im Teig.
10. Portioniert nun den Teig nach eurem Belieben mit einem Teigabstecher. Ich habe daraus ein Brot und 7 Brötchen gemacht.
11. Seid behutsam beim Formen der Teiglinge, um die Luftbläschen im Teig zu erhalten, und bestreicht sie anschließend mit etwas Olivenöl.

12. Je nach Geschmack könnt ihr verschiedene Körner als Dekoration darüberstreuen.
13. Lasst die fertigen Teiglinge eine Stunde ruhen.
14. Kurz vor Ende der Ruhezeit heizt euren Backofen bei Ober-/Unterhitze auf 200°C vor.
15. Stellt eine hitzebeständige Schale mit etwas Wasser auf den Boden des Ofens. Dadurch wird die Kruste sehr knusprig.
16. Legt ein Backblech mit Backpapier aus und positioniert euer Brot/eure Brötchen mit genügend Abstand zueinander.
17. Gebt das Blech unterhalb der mittleren Schiene in den Ofen.
18. Die Backzeit beträgt zwischen 50 und 65 Minuten (je nach Ofentyp).
19. Nach Ende der Backzeit lasst euer „Werk“ auf einem Gitterrost auskühlen.





Ich wünsche euch viel Spaß beim Nachbacken. Schreibt mir gerne einen Kommentar, wie euch das Rezept gefallen hat.

Wenn dich die gezeigte Keramik begeistert, besuche gerne [Gioia Ceramica Design](#). Dort erwartet dich eine Auswahl an einzigartigen und handgefertigten Keramikstücken.

Salute e baci
Patricia