

# Brotkrümel

der Zeller-Mühle Online-Shop für Hobbybäcker

## Emmer-Leinsamen-Brot

Aromatisches Kastenbrot auf Basis von Urgetreide (Emmer und Dinkel). Durch den verwendeten Fermentteig kann das Brot auch ohne (Press-)Hefe gebacken werden. Über das Brühstück und den geschroteten Leinsamen und das Pflanzenöl wird eine tolle Frischhaltung erzielt

Zutat	Menge	ME
Fermentteig TA 200	575 g	
Emmerschrot oder -vollkornmehl	250 g	
Wasser ca. 40°C	240 g	
Anstellgut Dinkel (oder Weizen)*	75 g	
Brühstück TA 300	375 g	
Emmerschrot oder -flocken	125 g	
Wasser kochend	250 g	
Quellstück TA 275	298 g	
Leinsamen geschrotet	100 g	
Salz	23 g	
Wasser kalt	175 g	
Emmervollkornmehl	500 g	
Dinkelvollkornmehl oder Type 1050	125 g	
Malzextraktmehl	15 g	
Universalback oder Dinkelkraft	5 g	
Hefe (je nach Triebkraft des Fermentteigs)	8 g	
Pflanzenöl	15 g	
Wasser ca.	150 g	



### **Fermentteig:**

Zutaten gut verrühren, abgedeckt 2,5 - 3 Stunden bei ca. 28-30°C reifen lassen. Nach der warmen Reifezeit, wenn der Ansatz gut aufgegangen ist,

wird er für mind. 6-30 Stunden in den Kühlschrank (5-7°) gestellt.

\* Madre-Anstellgut TA150 ist auch möglich, dann entsprechend mehr Wasser zugeben.

**Brühstück:** ca. 3-4 Stunden quellen lassen oder bereits am Tag vorher herstellen, dann kühl lagern.

**Quellstück:** mind. 3 Stunden quellen lassen, besser über Nacht, dann kühl lagern.

**Hauptteig:** Alle Zutaten vermischen und verkneten.

**Knetzeit:** 4 Minuten langsam, dann 10 Minuten Quellruhe, danach erneut 4 Minuten langsam kneten.

**Teigtemperatur:** ca. 24°C - max. 26°C

**Teigruhe:** ca. 60 Minuten – dabei 2x aufziehen/falten

**Aufarbeitung:** Den Teig auf leicht bemehlte Unterlage geben, in 3 gleich schwere Stücke teilen, rundwirken und länglich ausformen. Mit dem Schluss nach unten in eine gefettet Backform (ca. 2/3 voll) legen. Teigoberfläche befeuchten.

# Brotkrümel

der Zeller-Mühle Online-Shop für Hobbybäcker

**Stückgare:** ca. 60-80 Minuten - bei ca.  $\frac{3}{4}$  Gare evtl. die Teigoberfläche befeuchten und stippen. Bei knapp voller Gare mit Schwaden anbacken.

**Backen:** Ofen mit Backblech vorheizen auf 240°, Backform auf heißes Blech stellen und ca. 15 Min. bei voller Temperatur anbacken, fallend auf ca. 190- 200° ausbacken. Nach ca. 10-15 Min. Schwaden ablassen (Ofentür kurz öffnen).

**Backzeit gesamt:** ca. 45 Min. – anschließend Brot aus der Form nehmen und noch ca. 10 Min. im ausgeschalteten Ofen lassen, danach auf einem Rost auskühlen lassen.



## Erklärung zu Rohstoffe und Alternativen

- Der Fermentteig kann, wenn man das Brot mit (Press-)Hefe backen kann, gegen einen "normalen" Vorteig aus Emmermehl (oder auch Dinkel) ausgetauscht werden. Auch ist die Teigausbeute dann flexibel. Das wird dann bei der Schütflüssigkeit des Hauptteigs mit berücksichtigt. Und wer ohne Vorteig backen möchte, rechnet Mehl und Wasser einfach in den Hauptteig (wobei die Verwendung eines Vorteigs schon technologische Vorteile bringt).
- Das Brühstück ist für die gute Frischhaltung des Brotes zwingend erforderlich. Alternativ könnten auch ein Kochstück oder die Zugabe eine Extrudats die benötigte Wassermenge in den Teig bringen.
- Etwas Süße aus Malzextraktmehl tut dem Geschmack gut, alternativ gehen auch alle anderen Arten von süßenden Zutaten (Vollrohrzucker, Malzextraktmehl, Agavensirup)
- Das Backmittel sorgt, mit seinem Vitamin C-Gehalt dafür, dass das Klebergerüst aus dem sehr schwachen Emmerkleber gestärkt wird.
- Die Hefemenge passt jeder für sich an, je nach gewünschter Geschwindigkeit. Wenn man dem Brot genug Zeit gibt, lockert auch der Fermentteig alleine. Alternativ zur Frischhefe geht auch Trockenhefe mit ca.  $\frac{1}{4}$  der Menge.
- Die Wassermenge wird so eingestellt, dass der Teig die gewünschte Konsistenz hat. Da genug gebundenes Wasser enthalten ist (über das Brühstück), den Teig nicht zu weich halten.

## Schlusswort

Beim Backen wünschen wir Euch viel Spaß und auch den nötigen Erfolg. Wenn Ihr Fragen habt, egal ob zu Rohstoffen, Verfahren oder weil etwas nicht so geklappt hat wie gewünscht, schreibt es einfach in die Kommentare.

Euer Brotkrümel-Team