



11 Freunde

Es gibt 2 Varianten für die Herstellung der Brotteige:

Mal eben ein Brot

Der Teig wird mit dem Kneteter zubereitet und durch den warmen Teig ist das Brot in 2,5 Stunden fertig.

Alles von Hand

Teig von Hand mit etwas mehr Wasser, erhält durch mehr Zeit zum Quellen eine saftige Krume und ist in 4 Stunden fertig.

Aus beiden Teigen lassen sich anschließend die gleichen Brotsorten herstellen:

- Kastenbrot - schöne, gleichmäßige Scheiben -
- freigeschobenes Brot - mit schöner Kruste -
- Brotstangen - für viele Gelegenheiten -
- Topfbrot - einfach und lecker -

Ok, und wie mache ich jetzt weiter ?

Nach **Wahl der Variante**, erst einmal die eigenen Zutaten checken bzw. entsprechend einkaufen. Zur Variante gehen, ein passendes **Rezept** aus der Tabelle **heraussuchen** und dann den Teig herstellen. Anschließend daraus die **gewünschte Brotsorte backen**.


Tipps für **Verfeinerungen** und Vorschläge für einige **Austauschmöglichkeiten** gibt es in der **Ersatzbank**.

Die **Schnellübersichten** der 2 Varianten lassen als Bild direkt von der Seite 11 Freunde kopieren oder ebenfalls als .pdf herunterladen.

Die Beschreibungen zu den 2 Varianten und die Ersatzbank befinden sich auf den nächsten Seiten, damit sie jeweils auf eine DIN A4 Seite passen ohne Seitenübergang.

Seite 2 : Variante Mal eben ein Brot
Seite 3 : Variante Alles von Hand
Seite 4 : Ersatzbank

Mal eben ein Brot - Teig mit dem Knetter und durch den warmen Teig ist das Brot in 2,5 Stunden fertig.

EigenBrötler  Mal eben ein Brot Alle Angaben in g	Weizen Mehl 1050 oder 550	Weizen Vollkorn Mehl	Roggen Mehl 997	Roggen Vollkorn Mehl	Hafer Flocken Vollkorn	Dinkel Mehl 1050	Dinkel Vollkorn Mehl	Dinkel Grieß oder Weizen Grieß	Sonnen- blumen- kerne	Vollkorn Sauer- teig Extrakt trocken	Joghurt Natur, Soja, oder Hafer	Wasser warm 27°C	Frische Hefe	Salz
Sonnenblumenkernbrot	200	100	100		50				70	10		320	20g im Wasser auflösen	10
Joghurtbrot	150	100	100	100						10	100	220		
Haferbrot	200	150			100						50	240		
Helles Mischbrot	250					150		50		10		260		
Graubrot	200		200					50		20		300		
Roggen Mischbrot			300			150				20		310		
Helles Vollkornbrot		250			50		100	50				300		
Dunkles Vollkornbrot				250	50		150			20		340		
Frühstücksbrot			150		50	150	100		50	10	50	250		
Dinkelbrot						250	200				50	230		
Sauerteigbrot			150	100		100	100			30		340		

Teigherstellung „Mal eben ein Brot“ mit einer Knetmaschine:

- Die frische Hefe im warmen Wasser (27°C) auflösen und auf die vermischten Zutaten und ggf. den Joghurt gießen.
- Einen glatten Teig kneten, zu einer Kugel formen und 40-50 Minuten abgedeckt bei Raumtemperatur (20°C) ruhen lassen.

a) Kastenbrot:

- Den Teig durchkneten, zu einem Brot formen und in eine geölte Kastenform legen.
- Gare abgedeckt für 30-40 Minuten (siehe [Tipps](#)) bei Raumtemperatur (20°C).
- Ofen rechtzeitig auf 220°C vorheizen.
- Den Teig nach der Gare mit einem scharfen Messer einschneiden.
- Unter Zugabe von „Schwaden“, mit der Wasserspritze in den Ofen, (siehe [Tipps](#)), zunächst bei 220°C (Umluft) für 5 Minuten backen. Dann auf 180°C (Umluft) runter stellen weitere 40-45 Minuten backen bzw. je nach Wunsch auch länger.
- Für eine schöne Kruste ruhig alle 15 Minuten nochmals Schwaden geben, Achtung nicht direkt auf das Brot.

b) freigeschobenes Brot:

- Den Teig durchkneten, zu einem Brot formen und mit dem Schluß nach oben in einen bemehlten [Gärkorb](#) legen, alternativ in ein bemehltes Tuch einwickeln.
- Gare abgedeckt für 45-55 Minuten (siehe [Tipps](#)) bei Raumtemperatur (20°C).
- Den Ofen mit einem leeren Blech auf 240°C (Umluft) vorheizen und mind. 15 Minuten auf der Temperatur lassen.
- Nach der Gare den Teig leicht einölen, auf das aufgeheizte Blech kippen und mit einem scharfen Messer einschneiden.
- Den Ofen auf 230°C (Umluft) runter stellen und 5 Minuten backen, dann „Schwaden“ geben, mit der Wasserspritze in den Ofen (siehe [Tipps](#)), und den Ofen auf 190°C (Umluft) runter stellen. Weitere 40-45 Minuten backen bzw. je nach Wunsch auch länger.
- Für eine schöne Kruste ruhig alle 15 Minuten nochmals Schwaden geben, Achtung nicht direkt auf das Brot.

c) 2 Brotstangen:

- Den Teig in 2 Hälften teilen, wechselweise erst rund und dann in Stangen formen. Mit dem Schluß nach oben in ein bemehltes Tuch einwickeln oder ein [Baguetteblech](#) verwenden.
- Gare abgedeckt für 45-55 Minuten (siehe [Tipps](#)) bei Raumtemperatur (20°C).
- Den Ofen mit einem leeren Blech auf 240°C (Umluft) vorheizen und mind. 15 Minuten auf der Temperatur lassen.
- Anschließend die Teige leicht einölen, auf das aufgeheizte Blech kippen und mit einem scharfen Messer einschneiden.
- Den Ofen auf 230°C (Umluft) runter stellen und 20-22 Minuten backen. Nach 2 Minuten „Schwaden“ geben, mit der Wasserspritze in den Ofen (siehe [Tipps](#)).

d) Topfbrot in einem backfesten Topf:

- Den Teig durchkneten, zu einem runden Brot formen und mit dem Schluß nach unten auf eine bemehlte Fläche legen.
- Gare abgedeckt für 30-40 Minuten (siehe [Tipps](#)) bei Raumtemperatur (20°C).
- Den Ofen mit Gitter, Topf und Deckel auf 240°C (Umluft) vorheizen und mind. 10 Minuten auf der Temperatur lassen.
- Nach der Gare den Teig in den heißen Topf kippen, einschneiden und mit Deckel wieder in den Ofen stellen.
- Den Ofen auf 190°C runter stellen, 35 Minuten backen, dann den Deckel abnehmen und weitere 10-15 Minuten backen.

Alles von Hand - Mit mehr Zeit zum Quellen und von Hand bearbeitet für eine saftige Krume in 4 Stunden.

EigenBrötler Alles von Hand Alle Angaben in g	Weizen Mehl 1050 oder 550	Weizen Vollkorn Mehl	Roggen Mehl 997	Roggen Vollkorn Mehl	Hafer Flocken Vollkorn	Dinkel Mehl 1050	Dinkel Vollkorn Mehl	Dinkel Grieß oder Weizen Grieß	Sonnen- blumen- kerne	Vollkorn Sauer- teig Extrakt trocken	Joghurt Natur, Soja, oder Hafer	Wasser kalt ca. 15°C	Frische Hefe	Salz
Sonnenblumenkernbrot	200	100	100		50				70	10		330	14g im Wasser auflösen	10
Joghurtbrot	150	100	100	100						10	100	240		
Haferbrot	200	150			100						50	260		
Helles Mischbrot	250					150		50		10		280		
Graubrot	200		200					50		20		320		
Roggen Mischbrot			300			150				20		330		
Helles Vollkornbrot		250			50		100	50				320		
Dunkles Vollkornbrot				250	50		150			20		360		
Frühstücksbrot			150		50	150	100		50	10	50	270		
Dinkelbrot						250	200				50	250		
Sauerteigbrot			150	100		100	100			30		360		

Teigherstellung „Alles von Hand“: ([Link](#) zur Internetseite und den Videos)

- Die frische Hefe im kalten Wasser auflösen, auf die vermischten Zutaten und ggf. den Joghurt gießen, mit einem Löffel vermischen bis keine Mehlnester mehr sichtbar sind und abdecken.
- Nach 30 Minuten bei Raumtemperatur (20°C) den Teig aus der Schüssel nehmen, ohne Mehl nochmals durchkneten bzw. mit einem **Teigschaber** mehrfach überschlagen, zu einer Kugel formen und wieder in die **leicht bemehlte Schüssel** legen.
- Teigruhe abgedeckt für 90 Minuten bei Raumtemperatur (20°C).

a) Kastenbrot:

- Den Teig durchkneten, zu einem Brot formen und in eine geölte Kastenform legen.
- Gare abgedeckt für 30-40 Minuten (siehe [Tipps](#)) bei Raumtemperatur (20°C).
- Ofen rechtzeitig auf **220°C** vorheizen.
- Den Teig nach der Gare mit einem scharfen Messer einschneiden.
- Unter Zugabe von „Schwaden“, mit der Wasserspritze in den Ofen, (siehe [Tipps](#)), zunächst bei **220°C** (Umluft) für **5 Minuten** backen. Dann auf **180°C** (Umluft) runter stellen weitere **40-45 Minuten** backen bzw. je nach Wunsch auch länger.
- Für eine schöne Kruste ruhig alle 15 Minuten nochmals Schwaden geben, Achtung nicht direkt auf das Brot.

b) freigeschobenes Brot:

- Den Teig durchkneten, zu einem Brot formen und mit dem Schluß nach oben in einen bemehlten [Gärkorb](#) legen, alternativ in ein bemehltes Tuch einwickeln.
- Gare abgedeckt für 45-55 Minuten (siehe [Tipps](#)) bei Raumtemperatur (20°C).
- Den Ofen mit einem leeren Blech auf **240°C** (Umluft) vorheizen und mind. **15 Minuten** auf der Temperatur lassen.
- Nach der Gare den Teig leicht einölen, auf das aufgeheizte Blech kippen und mit einem scharfen Messer einschneiden.
- Den Ofen auf **230°C** (Umluft) runter stellen und **5 Minuten** backen, dann „Schwaden“ geben, mit der Wasserspritze in den Ofen (siehe [Tipps](#)), und den Ofen auf **190°C** (Umluft) runter stellen. Weitere **40-45 Minuten** backen bzw. je nach Wunsch auch länger.
- Für eine schöne Kruste ruhig alle 15 Minuten nochmals Schwaden geben, Achtung nicht direkt auf das Brot.

c) 2 Brotstangen:

- Den Teig in 2 Hälften teilen, wechselweise erst rund und dann in Stangen formen. Mit dem Schluß nach oben in ein bemehltes Tuch einwickeln oder ein [Baguetteblech](#) verwenden.
- Gare abgedeckt für 45-55 Minuten (siehe [Tipps](#)) bei Raumtemperatur (20°C).
- Den Ofen mit einem leeren Blech auf **240°C** (Umluft) vorheizen und mind. **15 Minuten** auf der Temperatur lassen.
- Anschließend die Teige leicht einölen, auf das aufgeheizte Blech kippen und mit einem scharfen Messer einschneiden.
- Den Ofen auf **230°C** (Umluft) runter stellen und **20-22 Minuten** backen. Nach 2 Minuten „Schwaden“ geben, mit der Wasserspritze in den Ofen (siehe [Tipps](#)).

d) Topfbrot in einem backfesten **Topf**:

- Den Teig durchkneten, zu einem runden Brot formen und mit dem Schluß nach unten auf eine bemehlte Fläche legen.
- Gare abgedeckt für 30-40 Minuten (siehe [Tipps](#)) bei Raumtemperatur (20°C).
- Den Ofen mit Gitter, Topf und Deckel auf **240°C** (Umluft) vorheizen und mind. **10 Minuten** auf der Temperatur lassen.
- Nach der Gare den Teig in den [heißen](#) Topf kippen, einschneiden und mit Deckel wieder in den Ofen stellen.
- Den Ofen auf **190°C** runter stellen, **35 Minuten** backen, dann den Deckel abnehmen und **weitere 10-15 Minuten** backen.

Ersatzbank

Trockenhefe bei „Mal eben ein Brot“

Geht auch, damit es dann schnell genug geht sollten 1,5 Pakete mit dem Mehl vermischt werden.

Alternative (dann aber 4 Stunden statt 2,5 Stunden): 1 Paket, kaltes Wasser und 90 Minuten Teigruhe.

Trockenhefe bei „Alles von Hand“

Macht Sinn, wenn man alles mal eher vorbereiten möchte. 1 Paket (7g) mit dem Mehl vermischen.

Eine Mehlsorte reicht nicht ganz

Grundsätzlich können Vollkornmehle und normale Mehle einer Getreidesorte (Weizen, Roggen, Dinkel) gegeneinander ausgetauscht werden. Das gilt auch für Weizen und Dinkel, allerdings nimmt Dinkel etwas weniger Wasser auf, bei hohen Anteilen also die Wassermenge leicht reduzieren.

Frischkäse statt Joghurt - quasi ein Frischkäsebrötchen

Geht, logisch, dann aber den Wasseranteil etwas erhöhen. Passen könnte ein leckerer Kräuter-Frischkäse.

Nüsse, Karottenstreifen, o.ä. als Ergänzung - im Frühstücksbrot ergibt das schon fast ein Körner-Müsli

Mengen können insgesamt zwischen 50-80g liegen. Unter Umständen muss die Wassermenge angepasst werden.

Espressobrot - zum Frühstück gleich den Kaffee mit drin, passt eigentlich bei fast allen Rezepten

4 Tassen Espresso mit Wasser auf die entsprechende Wassermenge im Rezept auffüllen, vielleicht 5-10 ml mehr Wasser dazu, und abkühlen lassen auf die richtige Wasser-Temperatur.

Brotgewürze - sehr schmackhaft bei Vollkornbrotchen

Beliebt sind Mischungen aus Fenchel, Anis, Koriander und Kümmel. Es gibt auch ne Menge fertiger Mischungen.

(Malz-) Bierbrot - ideal mit den Mischbrotchen

Einfach eine halbe 0,33 Liter Flasche gegen die gleiche Menge Wasser austauschen. Vielleicht müssen noch 5-10 ml mehr Wasser dazu.

Leinsamen - passt zum Sonnenblumenkernbrot

Zugabe 10g oder nach Bedarf.

Röstzwiebeln, Feta, Oliven, Peperoni, getrocknete Tomaten etc. - als Stange im hellen Mischbrot

Menge einfach nach Bedarf, aber nicht überladen. **Tipp:** weiche Zutaten, z.B. Fetekäse, erst zum Schluß von Hand vorsichtig untermischen. Dann natürlich Antipasti, Käse und ein schönes Glas Wein dazu.

Backmalz - sehr lecker beim Graubrot

Gibt nochmal eine besondere Geschmacksnote.

Eigener, frischer Sauerteig - vor allem für die Hand Variante durch die längere Ruhezeit geeignet

Im Tausch gegen den Trockensauerteig. Dabei unbedingt die Wassermenge beachten. Einerseits mehr Sauerteig zugeben und andererseits die Wassermenge reduzieren. Bei einem Sauerteig mit 50% Mehl zu 50% Wasser Anteilen einfach die doppelte Menge vom Trockensauerteig zugeben und die „Mehrmenge“ vom Wasser abziehen.

Beispiel: Zugabe 40g frischer Sauerteig statt 20g Trockensauerteig, dann 20g vom Wasser abziehen.

Grundsätzlich gilt, vieles ist machbar und je mehr Erfahrung man bekommt, desto mehr kriegt man ein Gefühl für die Möglichkeiten. Aber frei nach dem Motto „viele kann, nichts muss“ kann man auch einfach bei den „Grundrezepten“ bleiben - schmecken auch.