Bio 4-Korn Brot

kurzgeführt

LINDMÜHLE
Edles aus der Ähre

Geheimrezept



Zubereitung	Stockgare	Stückgare	Backen
30 min	90 min	30 min	35 - 45 min

Lindmühle – Mehl aus der Mühle in Birmenstorf –
für mehr Mehle, Rezepte und Geheimtipps.

lindmuehle_freizeitbackshop

Bio 4-Kornbrot - kurzgeführt

Geheimrezept

LINDMÜHLE
Edles aus der Ähre

Zutaten für 3 Brote oder ca. 15 Brötchen

- 1000g Bio 4-Kornmehl
- 24g Salz
- 40g Frischhefe
- 650g Wasser

optional zur Bestreuung

- Kernenmix
- Flittergold

Herstellung von Brötchen

Den Teig nach der Stockgare à 70 - 90g abwägen und zu Brötchen formen und zugedeckt aufgehen lassen.
Vor dem Backen einschneiden. Wer es rustikal liebt, dreht die Brötchen vor dem Backen um.
Backen für ca. 20 Minuten.

Gutes Gelingen!

Zubereitung

Das Mehl mit dem Salz mischen. Hefe in kleinen Stücken dazugeben. Wasser zur Mehlmischung geben. Auf kleiner Stufe 3 min vermischen, auf intensiver Stufe ca. 6-8 min zu einem weichen, glatten Teig kneten. Der Teig löst sich vom Schüsselrand. Solange kneten, bis der Fenstertest gut funktioniert.

Stockgare

Den Teig mit einem feuchten Tuch oder einer Folie bedecken und ca. 90 Minuten bei Raumtemperatur auf das Doppelte aufgehen lassen.

Aufarbeiten und Stückgare

Teig in 3 Portionen teilen und zu Broten oder Brötchen (70-90g Teig) formen. Dazu den Teig leicht mit Mehl bestäuen und formen. Nun den Teig nochmals ca. 20 min bei Raumtemperatur gären lassen. Direkt vor dem Backen nach Belieben einschneiden.

Backen

Backofen bei Ober- und Unterhitze auf 230°C vorheizen. Wenn möglich mit Dampf backen oder beim Einschiessen Eiswürfel oder Wasser auf ein vorgeheiztes Blech geben (siehe Tipp). Nach ca. 15 Minuten Dampf ablassen (Tür öffnen) und Ofentemperatur auf 210°C reduzieren. Brot weitere ca. 20 – 35 min backen bis sie goldbraun sind und beim Klopfen auf der Unterseite hohl klingen.

Tipp:

Das Brot oder die Brötchen vor dem Backen in Saaten wenden zum Beispiel dem Flittergold oder Kernenmix.