

TOASTBROT MIT LEINSAMEN

TOASTBROT MIT LEINSAMEN

So ein klassisches Toastbrot ist zwischendurch auf jeden Fall immer wieder lecker. Aber ein paar Ballaststoffe sind ja auch nicht verkehrt - so macht das Toastbrot mit Leinsamen doch etwas länger satt als sein rein fluffiger Verwandter. Trotzdem ist auch dieses Brot luftig und leicht wie ein Toastbrot eben sein sollte. Und es ist fast genau so flott gemacht - ihr müsst nur 15 Minuten mehr einplanen. Habe ich euch überzeugt? Super, dann solltet ihr dieses Rezept unbedingt ausprobieren. Ich habe es alleine in diesem Jahr schon drei Mal gebacken!



ZUTATEN FÜR EIN TOASTBROT MIT LEINSAMEN:

410g Weizenmehl, Typ 550 + etwas für die Arbeitsfläche

70g Leinsamen, geschrotet*

340g Wasser

21g frische Hefe

7g Salz

40g Schlagsahne

10g Zucker

50g Butter + etwas um die Form einzufetten

ZUBEREITUNG:

Schritt eins - das Wasser im Wasserkocher aufkochen, den Leinsamenschrot in eine Schüssel geben und mit dem heißen Wasser übergießen. Da die Leinsamen geschrotet sind quellen sie sehr schnell auf - abwarten bis das Wasser lauwarm ist. In dieser Zeit alle weiteren Zutaten bis auf die Butter in die Rührschüssel der Küchenmaschine* geben. Das lauwarme Wasser mit den aufgequollenen Leinsamen dazu geben. Nicht wundern, Wasser und Samen haben eine dicke, schleimige Konsistenz bekommen. Alles zusammen 5 Minuten auf kleiner Stufe verkneten. Die kalte Butter klein würfeln und zum Teig geben. Jetzt 10 Minuten auf schnellerer Stufe kneten. Der Teig sollte weich, aber nicht mehr klebrig sein.



Den Teig 45 Minuten abgedeckt gehen lassen, auf der gut mit Mehl bestäubten Arbeitsplatte einige Male falten und weitere 45 Minuten gehen lassen.

Die Backform großzügig mit Butter einfetten oder mit Backpapier auslegen. Den Teig aus der Schüssel lösen und direkt in die Kastenform geben. Dabei nach Möglichkeit sehr wenig Luft aus dem Teig drücken.



Für weitere 45 Minuten bei 40°C im Gärmodus im Backofen gehen lassen, oder den Teig mit etwas Wasser einpinseln und für 45 Minuten bei 40°C in den Backofen stellen.



Den Backofen auf 180°C stellen. Das Toastbrot mit Schwaden 40 Minuten lang backen. Die Kastenform aus dem Ofen holen, das Toastbrot vorsichtig samt Backpapier aus der Form heben oder es vorsichtig aus der Form stürzen falls kein Backpapier verwendet wurde und weitere 10 Minuten lang fertig backen.

Das Toastbrot auf einem Gitter abkühlen lassen bis es lauwarm ist. Die Kruste ist jetzt recht hart. Dann das Brot zurück in die Form setzen, mit Alufolie oder Frischhaltefolie abdecken und vollständig abkühlen lassen. Jetzt hat die Kruste die typische, weiche Konsistenz die man von Toastbrot kennt.



Ich schneide das Toastbrot mit der Brotscneidermaschine* vollständig auf und friere es ein.



Super fluffig und trotzdem kernig. So passt das Toastbrot mit Leinsamen für süßen und herzhaften Belag.

Schnell und lecker!

