

KLEINES NO-KNEAT-BREAD MIT SAUERTEIG

Endlich habe ich es mal wieder geschafft an einem der tollen Events zum #synchronbacken mit Zorra vom Kochtopf und Sandra von From Snuggs Kitchen teilzunehmen. Als Rezept haben die Beiden diesmal das „no-kneat-Brot mit Emmervollkornmehl und Leinsamen“ von Dagmar ausgewählt. Das schien wohl nicht nur mir ein super unkompliziertes Rezept zu sein - es gab nämlich zahlreiche Teilnehmer die ihre Fotos von dem Brot auf Instagram geteilt haben. Da ich die Zutatenliste nur flüchtig mit meinem Vorratsschrank abgeglichen habe musste ich beim Ansetzen des Teigs einen Teil vom Emmervollkornmehl durch Dinkelvollkornmehl austauschen, ansonsten bin ich dem Rezept ziemlich treu geblieben. Beim Backen hatte ich zuerst den gusseisernen Topf im Visier, dann fand ich die Teigmenge dafür aber etwas zu knapp und habe mich für das Backen in der Kastenform entschieden. Es ist also ein eher kleines No-Kneat-Bread geworden. Am Ende ist aber auf jeden Fall ein super leckeres Brot aus dem Ofen gekommen - knapp an der Grenze zwischen saftig und klitschig, da hätten 10 Minuten mehr im Ofen vermutlich nicht geschadet, aber definitiv vielseitig und schmackhaft!



ZUTATEN FÜR 1 NO-KNEAT-BREAD MIT SAUERTEIG:

50g Sauerteigansatz

200g Weizenmehl, Typ 550

180g Emmervollkornmehl

120g Dinkelvollkornmehl + etwas für die Arbeitsfläche

3g frische Hefe

12g Salz

420g Wasser

Zum Bestreusen:

4-5 EL Leinsamen (gold)



ZUBEREITUNG:

Alle Zutaten für den Teig in einer ausreichend großen Schüssel gründlich vermengen. Abgedeckt bei Raumtemperatur mindestens 12 Stunden, bei mir waren es 18 Stunden, gehen lassen.

Die Arbeitsfläche mit Mehl bestäuben und den Teig darauf geben. Den Teig mit dem Teigspatel immer wieder zusammenschieben und leicht falten.

Das Gärkorbchen mit Mehl ausstreuen und die Leinsamen darin verteilen. Den Teig in die Länge ziehen und in das Gärkorbchen* geben. 30 Minuten gehen lassen. In dieser Zeit den Backofen samt passender 30cm Kastenform auf 240°C vorheizen.

Den Teig vorsichtig in die Kastenform kippen, bzw. heben. Die Leinsamen sollten jetzt oben sein.

Die Form abdecken – ich nehme dazu meine große Sandwichbrotform und setze sie umgedreht wie einen Deck auf.

Das Brot 30 Minuten backen, den Deckel abnehmen, die Hitze auf 225°C reduzieren und das Brot weitere 25 Minuten fertig backen.

Das Brot aus dem Ofen holen, abkühlen lassen und aus der Form stürzen. Bei mir löst es sich etwas schwer, aber mit dem Teigschaber lassen sich angeklebte Stellen gut lösen.

Anschneiden und bunt belegen oder mit etwas Butter verputzen.

Greift zu!

