



Fragen?

fraghorst@fraghorst.de

Jules (Halb-)Schwester

Die Grundidee für dieses Rezept habe ich Sonja Bauer mit der Idee eines ›Auffrischbrots‹ entnommen. Hierzu werden größere Mengen Sauerteig genutzt, die sich beim Auffrischen ansammeln und die nur danach rufen, verbraucht zu werden.

Das Originalrezept ›Jules Schwester‹ ist auf der Seite <https://cookieund-co.de> und in ihrem Buch ›for the love of bread‹ auf Seite 112 zu finden. Bei meiner Variante wurden die Mehle ausgetauscht, ein Brühstück mit Kleie ergänzt und die Mengenangaben zum Teil deutlich verändert.

Mittlerweile habe ich das Brot mindestens fünfzigmal in den verschiedensten Anpassungen, z. B. auch mit Urgetreide gebacken. Es ist ein echter Hochgenuss. Eine sehr saftige, elastische Krume und eine sehr angenehme Kruste mit einem wundervollen Aroma.

Autolyseteig/Quellteig

300 g Wasser
320 g Weizen-Ruchmehl (alternativ Weizen 1050)
65 g Dinkel-Vollkorn (alternativ Weizen-Vollkorn)
185 g Lievito Madre (alternativ Roggen-Sauerteig)

Brühstück

45 g Aromabrot/Restbrot
15 g Dinkelkleie
120 g Kaffee heiß (alternativ schwarzer Tee)

Hauptteig (relativ fest)

Autolyseteig
5 g Frischhefe
10 - 20 g Rübensirup (alternativ Honig)
Brühstück
130 g Roggen-Vollkorn (alternativ beliebiges VK)
13 g Salz (erst spät hinzufügen)
+ Bassinage/Zusatzwasser tröpfchenweise

Zeitplan für das Gartengemüsekiost-Brot

Vortag | Lievito-Madre (LM) auffrischen und in den Kühlschrank stellen

09:00 Uhr | Autolyseteig

09:15 Uhr | Brühstück

09:45 Uhr | Hauptteig

10:00 Uhr | Stockgare in Teigwanne

10:30 Uhr | Dehnen und falten

11:30 Uhr | Dehnen und falten

13:30 Uhr | Stückgare/Formen und in Gärkorb

14:30 Uhr | Backen im Topf (250° > 210° C)

15:30 Uhr | Brot auf Rost auskühlen lassen

Zubereitung

Den Autolyseteig in der angegebenen Reihenfolge vermischen und 30 bis 60 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen. Das Brühstück sollte mindestens eine halbe Stunde ziehen.

Alle Zutaten zunächst langsam (ca. 3 Min.) und dann zügig kneten (ca. 5 Min.). Aufpassen, dass sich keine Mehlnester bilden. Den Hauptteig in eine eingeölte Teigwanne geben (Stockgare) und zwei- bis dreimal aufziehen/falten. Danach mit etwas Mehlzugabe formen und in ein mit Brotgewürz und Roggenmehl bemehltes Leinentuch in ein Gärkorbchen legen. Dann ca. eine Stunde abgedeckt reifen lassen (Stückgare).

Ofen mit Gusstopf auf 250° C vorheizen. Mit einem zugeschnittenen Backpapier den Teigling in den Topf heben. Fallend auf 210°C für 30 Minuten mit Deckel backen. Dann noch einmal 30 Minuten ohne Deckel. Alternativ auf einem Backstein oder Backstahl mit Dampf backen.

Guten Appetit wünscht euch
Horst | fraghorst.de

PS: Schaut euch mal auf der Seite von Sonja Bauer nach interessanten Rezepten um oder kauft euch ihr wunderschönes Buch.

