

Beginner-Weißbrot

Mengen für 1 Brot (1 kg Kastenform):

Hefevorteig

100 g Weizenmehl Typ 550

100 g Wasser

1 g frische Hefe (ein erbsengroßes Stück)

Für den Vorteig alle Zutaten gut verrühren und 12 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.



Hauptteig

200 g Vorteig

225 g Wasser

400 g Weizenmehl Typ 550

8 g frische Hefe

10 g Salz

Wasser und Hefe in einer Rührschüssel gut verrühren, damit die Hefe komplett aufgelöst ist.

Dann den Vorteig, das Mehl und das Salz zufügen. Mit dem Silikonschaber oder einem stabilen Rührloßel so lange verrühren, bis ein Teigklumpen entstanden ist. Diesen dann auf der bemehlten Arbeitsfläche für gut 5 Minuten von Hand durchwälken, bis sich alle Zutaten komplett aufgelöst und verbunden haben. Der Teig sollte keine Klümpchen mehr enthalten und eine glatte und gleichmäßige Teigstruktur aufzeigen.

Nach dem kneten legt man den Teig in eine leicht eingeölte Teigschüssel zurück.

Für 30 Minuten abgedeckt gehen lassen.

Nach 30 Minuten sollte der Teig „gestreckt und gefaltet“ werden. Dies ist bringt Sauerstoff in den Teig und hilft dem Teiggerüst sich zu stabilisieren. Nehmen Sie dafür vom Rand ein Stück des Teiges in die Hand, ziehen Sie es wie eine Lasche nach oben, und legen das gezogene Teigstück in die Mitte des Teiges und drücken es fest. So verfahren Sie ringsum im Uhrzeigersinn, bis Sie wieder am Anfang angelangt sind. Ihr Teig sollte nun rund aussehen, so ähnlich wie eine halbe Kugel. Bevor Sie ihn zum Ruhens abdecken, können Sie ihn noch einmal wenden, sodass sich alle eingeschlagenen Seiten auf der Unterseite befinden.

Diesen Vorgang wiederholt man noch zwei Mal jeweils nach weiteren 30 Minuten.

Nach dem dritten und letzten Mal, ruht der Teig nochmals weitere 30 Minuten.

Zum Schluss sollte der Teig gut aufgegangen sein und schon erste sichtbare Gärblasen werfen.

Der Teig wird nun auf die bemehlte Arbeitsfläche gekippt und mit der flachen Hand leicht flachgedrückt. Es sollte sich nur an der Unterseite zwischen Teig und Arbeitsfläche etwas Mehl befinden, nicht aber auf der Oberseite des Teiges.

Anschließend nimmt man seitlich wieder etwas Teig, zieht ganz vorsichtig eine Lasche nach oben weg und drückt diese in der Mitte des Teiges fest. Dies wieder ringsum, bis sich wieder eine runde Teigkugel gebildet hat.

Den Teig jetzt umdrehen, mit den Händen noch etwas in eine längliche Form schieben und dann in eine Kastenform legen. Kastenform abdecken und noch weitere 50 Minuten gehen lassen.

Den Backofen rechtzeitig (ca. 30 Minuten vorher) auf 240 Grad vorheizen. Eine kleine, backofenfeste flache Schale mit ca. 100ml Wasser in den Ofen stellen und mit aufheizen lassen.

Das Brot auf der Oberfläche mit einem Messer einmal längs einschneiden und leicht mit Wasser besprühen. Dann die Kastenform im Backofen auf den Gitterrost (auf mittlerer Höhe) stellen.

Sollte die Wasserschale nahezu leer sein, können 1-2 Eiszwürfel in die Schale gelegt werden.

Die Ofentür danach schnell schließen, damit kein Dampf entweicht.

Nach 15 Minuten Backzeit, die Ofentür für 10 Sekunden weit öffnen, den Wasserdampf entweichen lassen, die Ofentür wieder schließen und die Backtemperatur auf 210 Grad reduzieren.

Gesamtbackzeit je nach gewünschter Bräune zwischen 40 und 50 Minuten. Nicht zu lange backen, damit das Brot nicht zu trocken wird, lieber etwas heißer und kürzer, wenn es mit den angegebenen Temperaturen nicht klappt.



Regionaler Einkaufstipp:

<https://www.biomuehle-eiling.de/product/bio-weizenmehl-type-550/>

