

STUDI-BROT

mit **BÖCKER Bake & Relax Bio-Brot Backmischung**

Für den Brotteig:

- 400 g **BÖCKER Bake & Relax Bio-Brot Backmischung**
- 200 g Studentenfutter
- 30 g Frischhefe
- 460 ml Wasser + Wasser zum Bestreichen des Teiges
- optional Maisgrieß oder ähnliches als Gebäckauflage

Teigtemperatur: ca. 26 – 28 °C
Ruhezeit: ca. 15 Min.
Reifezeit: ca. 30 Min.



einfach



Gesamtzeit: ca. 50 Min.

+

Backzeit: ca. 60 Min.

ZUBEREITUNG

1. **BÖCKER Bake & Relax Bio-Brot Backmischung** und die übrigen Zutaten in einer Schüssel mit den Knethaken der Küchenmaschine ca. 5 Minuten verkneten. Anschließend abgedeckt bei Raumtemperatur (ca. 20 °C) ca. 15 Minuten ruhen lassen.
2. Nach der Ruhezeit den Teig passend zur gewählten Backform (z.B. Tasse mit 300 ml oder eine Kastenform) aufteilen, so dass er ca. die Hälfte der Form ausfüllt.
3. Teig passend zu einem Zylinder oder einer Kugel formen. Wenn gewünscht, Teige mit Wasser befeuchten und in Maisgrieß oder ähnlichem rollen.
4. Teig in die gefettete Backform legen und abgedeckt an einem warmen Ort (30 – 32 °C) ca. 30 Minuten reifen lassen.
5. In der Zwischenzeit den Backofen auf 200 °C (Ober-/ Unterhitze) vorheizen und eine kleine, hitzebeständige Schale mit Wasser auf den Backofenboden stellen (Vorsicht Verbrennungsgefahr!). Das Backblech auf der mittleren Schiene mit aufheizen.
6. Den Teig in der Backform vorsichtig auf das heiße Backblech stellen und bei 200 °C (Ober-/ Unterhitze) ca. 40 – 60 Minuten backen (dies ist abhängig von der Größe der Backform. Tasse mit 300 ml ca. 40 Minuten / Kastenform ca. 60 Minuten).

Wir wünschen Ihnen guten Appetit!

TIPPS & HINWEISE

zur Bake & Relax Mix Bio-Brot Backmischung

● Besonderheiten bei der Verwendung von glutenfreien Rohstoffen

Eine Herausforderung bei der Herstellung glutenfreier Brote ist das Fehlen des Glutens. Daher braucht es eine Auswahl verschiedener glutenfreier Rohstoffe für die Herstellung glutenfreier Brote. Dies macht die Zutatenliste deutlich umfangreicher. Sowohl die Auswahl als auch das Verhältnis jeder Zutat zueinander beeinflusst Teig- und Gebäckeeigenschaften. Ein Austausch der Rohstoffe oder eine Veränderung der Mengenverhältnisse kann daher zu unerwünschten Veränderungen der Gebäckqualität führen. Daher wird etwas mehr Fingerspitzengefühl bei der Verarbeitung glutenfreier Teige benötigt. Sie sind in der Regel etwas klebriger und ähneln eher Roggen- und Roggenmischbrotteigen.

● Backen mit Saaten und Körnern

Wenn den Backrezepten Körner und Saaten zugefügt werden, Flüssigkeitsmenge erhöhen. Die Saaten und Körner können für mehr Geschmack, vor der Zugabe in den Teig, geröstet werden.

● Formen des Teiglings – Lang- oder Rundwirken

Das Wirken ist bei fast allen Broten eine wichtige Grundlage und der erste Schritt, dem Teig seine Form zu geben. Dafür den Teig mit dem Handballen mehrfach von außen nach innen eingeschlagen, bis eine Kugel mit glatter Oberfläche entsteht. Auf der anderen Seite entsteht eine Faltkante, der sogenannte Teigschluss. Dieser ist beim Backen in der Regel unten. Da einige Teige sehr dünnflüssig sind, kann eine Aufarbeitung somit wegfallen (s. Kennzeichnung in Rezepten). Um ein Kleben des glutenfreien Teiges während der Aufarbeitung

zu verhindern, kann ein glutenfreies Mehl (z.B. Reismehl) oder eine glutenfreie Stärke verwendet werden.

● Einschnelden des Teiglings

Zum Einschnelden ein scharfes Messer verwenden. Dieses in ein Gefäß mit Wasser tunken und anschließend schnell durch den Teig ziehen, damit dieser nicht so stark am Messer klebt.

● Prüfen, ob das Brot fertig ist

Als Test, ob das Brot fertig ist, einfach mit dem Fingerknöchel auf den Brotboden klopfen. Wenn es hohl klingt, ist das Brot fertig. Aber bitte Vorsicht: Verbrennungsgefahr.