

Weißbrot

Weißbrot mit oder ohne Salzkruste

Mengenangaben für 3 Brote



Zutaten:

750g	griffiges Mehl
250g	glattes Mehl
20g	Meersalz
5g	brauner Kristallzucker (3 TL)
14g	Germ (Hefe) – 2 Pkg. Granulat
	Kümmel
750g	Wasser

Zubereitung:

Mehl, Germ, Salz, Zucker und Kümmel in ein Rührwerk füllen, 12 Minuten lang unter langsamer Zugabe des lauwarmen Wassers mit dem Knethaken durchkneten, mit einem feuchten Tuch bedeckt etwa 15 Minuten gehen lassen, danach wieder etwa 12 Minuten lang kneten, bis der Teig nicht mehr klebt.

1 Bogen Backpapier auf ein Blech breiten, mit der Teigkarte den Teig in drei Teile teilen, daraus längliche Wecken formen und mit ausreichend Abstand nebeneinander auf das Blech legen. Das Blech unterhalb der Mitte ins Rohr schieben, Brote mit Salzwasser bepinseln und 55 Minuten lang bei 190 Grad backen. Wenn Salzkruste erwünscht, Blech heraus ziehen, Brote noch ein Mal mit Salzwasser bepinseln und weitere 5 Minuten bei 190 Grad backen.

Mit dem Papier vom Blech heben und auf einem Gitter abkühlen lassen, damit die Kruste resch bleibt.

Nach dem Abkühlen sofort in Scheiben schneiden, in Tiefkühlbeutel geben und schockgefrieren. So erhält man backfrisches Brot nach Bedarf: einfach an der Luft auftauen.

Mag. Dr. Volkmar Ellmauthaler

Sachverständiger Medizinische Psychologie
Privatgutachter, (Kontroll-) Supervisor, OeVS
Beratung - Forschung - Lehre - Supervision

Kaposigasse Nr. 106 Haus 6 / 13
1220 WIEN
Auriche - Austria - Österreich

Fon, Fax Arb 0 (043) 1 974 61 71
Cellular 0 (043) 699 1 0 900 802
info@medpsych.at
www.medpsych.at

Gutes Gelingen!