Einfach und sooo gut: Vollkorn-Hefebrot (vegan) & Bärlauchbutter

In diesen Wochen ist es etwas ruhiger hier, ich weiß und hoffe, ihr lest trotzdem treu vorbei. Wir haben zurzeit unheimlich viel Besuch bei uns und möchten diese Zeit genießen, sind aber natürlich auch viel unterwegs, weshalb ich weniger zum Kochen und Backen komme. Es wartet aber ein weiteres tolles Buch, das ich euch vorstellen möchte und von dem ich wieder zwei Exemplare verlosen darf! =)
Und ein supergutes Brot habe ich entdeckt, das kann ich euch nicht vorenthalten!

Ich liebe es, selbst Brot zu backen. Nichts geht über diesen himmlischen, heimeligen Geruch, der dann durch die Wohnung zieht und über den ersten, knusprigen Bissen.
Allerdings gehöre ich nicht zu diesen ambitionierten, engagierten Bäckerinnen, die tagelang an einem Rezept arbeiten: Quellstück ansetzen, Vorteig herstellen, Gehzeiten, Kneteinlagen, Gehzeiten, … Ich bewundere diese Mühe, aber ich bin offen gestanden meist zu faul dazu und habe auch nicht die Zeit.
Umso genialer finde ich Rezepte, die ein knuspriges, fluffig-saftiges Vollkornbrot mit Minimalaufwand ermöglichen! Einen Teig schnell zusammen rühren, vielleicht noch zwei Stunden gehen lassen, backen – fertig! So lasse ich mir das gefallen und solch ein Brot habe ich ja zufällig schon durch einen Tipp im Netz gefunden.
Ein weiteres, das ich fast noch leckerer finde, ist das Hefeteig Grundrezept der Veganista aus ihrem Buch *La Veganista backt*, erschienen bei GU. Simpler geht eine Zubereitung eigentlich nicht mehr und das Ergebnis ist köstlich!

Neulich habe ich mit frischem Bärlauch aus dem Garten meiner Eltern **Bärlauchbutter** hergestellt. Das ist so einfach, dass man eigentlich kein Rezept braucht: Man püriert weiche Butter mit mehreren Handvoll Bärlauch, etwa einem ½ TL Salz und wer mag mit einer Knoblauchzehe oder ein wenig Zitronenschale.
Der Rest ist grünes Frühlingsglück auf (selbstgebackenem) Vollkornbrot…

Für 1 Kastenbrot:

½ Würfel frische Hefe oder 7 g Trockenhefe
1 EL Zucker
500 g Dinkel- (oder Weizen-) Vollkornmehl

100 g Roggenvollkornmehl
(*beide Mehle am besten frisch gemahlen*)
2 TL Salz
evtl. ein wenig Brotgewürz
450 ml lauwarmes Wasser

Die Hefe mit dem Zucker im lauwarmen Wasser auflösen. Beide Mehlsorten mit dem Salz (und dem Brotgewürz) vermischen und das Hefewasser zugeben. Mit dem Stiel eines Rührlöffels umrühren und den Teig zugedeckt 2 Stunden an einem warmen Ort gehen lassen.

!! *Die Backform nicht mit Papier auslegen! So steht es zwar im Rezept, aber bei mir hat sich das Papier mit dem Brot verbacken und wir mussten beim ersten Brot somit die Rinde samt Papier bei jeder Scheibe abschneiden. Bei diesem Rezept ist Backpapier auch wirklich unnötig.* !!

Den Teig in die Form geben und die Oberfläche kreuzweise oder gitterförmig mit einem scharfen Messer ca. 1 cm tief einschneiden.
Noch einmal 30 Minuten ruhen lassen. Den Ofen auf 220 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen und eine Schale mit Wasser hineinstellen. (Achtung: Heißer Dampf!)
Das Brot auf mittlerer Schiene 45-50 Minuten backen. 10 Minuten vor Ende der Backzeit die Schale mit Wasser vorsichtig herausholen.
Wenn man sicher sein will, dass das Brot gut ist, klopft man auf die Unterseite: Klingt es hohl, ist das Brot fertig. [nurkochen]

Ich wünsche euch eine genussvolle Woche, mit hoffentlich bald wieder frühlingshafterem Wetter!
Eure Judith