

Wir haben es gefunden: Das Rezept für perfektes Vollkornbrot



Seit längerem versuchen wir, selbst Brot und Brötchen zu backen, die für uns ein wirklicher Ersatz für gekaufte sein können. Ich bewundere immer die Fotos meiner Bloggerkolleginnen, die so herrliche Backwaren hinbekommen, so knusprig, so goldbraun und so perfekt aussehend. Von golden, knusprig und innen saftig waren wir mit unseren Versuchen bisher mal mehr, mal weniger weit entfernt. Aber das Nonplusultra war bei Weitem noch nicht dabei.

Bei einem Kochtreffen vor einigen Wochen kam zufällig die Sprache aufs Brotbacken und da gab mir mein Gegenüber DEN Tipp, auf den ich gewartet hatte. „Ich backe immer das „Saftige Vollkornbrot“ von Chefkoch, das gelingt immer und ist echt super.“

Ok, dachte ich mir, das versuche ich mal. Immerhin hat es schon jemand getestet und für gut befunden.

Und so wurde für dieses Brot [meine neue Mühle](#) eingeweiht und frischer Dinkel gemahlen.

Als Körnermischung diente mir ein Müsli, das noch im Schrank stand und etwas Mohn kam noch oben drauf.

Ich könnte euch jetzt stundenlang vorschwärmen. Ehrlich. So ein Brot habe ich noch nie gebacken. Es ist außen knusprig, innen auch nach Tagen noch saftig und dabei ist es blitzschnell zusammen gerührt, muss nicht gehen und funktioniert wunderbar mit Trockenhefe, man hat also eigentlich immer alle Zutaten da. Es ist perfekt.

Ich werde wohl nur noch selten mit neuen Rezepten experimentieren, denn das hier ist unser Brot. Allerdings werden wir einfach mal beim Getreide variieren und Mischungen ausprobieren. Ein wenig Abwechslung soll ja schon sein. =)



Bleibt eigentlich nur, dem Verfasser des Rezeptes zu danken, der es veröffentlicht hat. Er nennt sich bei Chefkoch egghead. Also danke, unbekannter Eierkopf, dein Brot ist phantastisch, woher auch immer das Rezept stammt! =)

Hier ist es:

500 g Dinkelvollkornmehl, am besten frisch gemahlen

150 g Körner, gemischt

1 Würfel Hefe oder 2 Packungen Trockenhefe

$\frac{1}{2}$ L Wasser, lauwarm

2 EL Obstessig

2 TL Salz

Ich habe noch

$\frac{1}{2}$ TL Brotgewürz *dazu gegeben und*
1 Handvoll Mohn *über das Brot gestreut*

Alle Zutaten in einer Schüssel mischen und mit Küchenmaschine oder den Knethaken des Rührgeräts zu einem Teig verarbeiten. Dieser ist relativ flüssig.

In eine mit Backpapier ausgelegte Kastenform füllen. Wenn das Papier am Rand zerknüllt ist, macht das gar nichts.

Dann die Form in den kalten (!) Backofen auf den Rost in die Mitte stellen und bei Ober-/Unterhitze 200°C eine Stunde backen.[nurkochen]



Nach etwa einer halben Stunde hat die ganze Wohnung wunderbar nach frischem Brot geduftet. Als es fertig war, konnte ich es gar nicht erwarten, eine Scheibe abzuschneiden und es zu kosten. Ein bisschen Butter drauf... und ich war im Naschkatzen- Himmel.

Backt ihr selbst Brot und Brötchen? Habt ihr schon euer perfektes Rezept gefunden? Wenn ja, freue ich mich über weitere heiße Tipps! ;)

Habt genussvolle Tage,
eure Judith



Meine Liebeserklärung an den
Hefeteig & ein Hefezopf (mit
Marmelade) für Ostern oder
alle anderen Tage im Jahr



Hallo

ihr Lieben,

unter allen Teigen, die es gibt, finde ich ja den Hefeteig am sympathischsten! Wieso? Er ist mir so ähnlich.

Kälte mag er nicht, sondern er braucht es wohlig warm. (Ich hasse es, zu frieren; bin ein Sommermensch.)

Er gedeiht und gelingt, wenn er Zeit und Muse hat. (Ist das nicht bei uns Menschen auch so? Stress und Hektik sind einfach Gift. Mit Zeit und Ruhe gelingt alles am besten.)

Er will sorgfältig massiert werden, damit er entspannt bleibt und es ihm gut geht. (Was ist es bei euch? Ich habe Nacken... Der zickt regelmäßig und braucht viel Fürsorge...)

Zudem ist er unglaublich vielfältig und lässt sich ganz einfach in zahllose feine Backwaren verwandeln. Und was da alles Feines draus werden kann! Dampfnudeln! Pizza! Hefekuchen mit Früchten! Brioches! Brot! Zimtschnecken!

Hach, Hefeteig ist wunderbar.

Ein Hefezopf ist eins der bodenständigen Hefeteiggebäcke, finde ich. Bescheiden in seiner Süße trägt er gelassen Butter, Marmelade oder Nutella zum Frühstück oder Nachmittagskaffee und lässt sich auch mal so zwischendurch mampfen, ohne alles. Dabei ist er aber eine feinere, zartere Variante eines Frühstücksbrotes, die jede Tafel reicher macht.

Er wird gerne an Ostern gebacken, aber ich finde, man kann ihn das ganze Jahr über essen.

Deswegen hier mein Hefezopf für alle Tage mit einem Hauch Marmelade, die ihn noch saftiger macht.



So

geht's:

200 ml lauwarme Milch

1 Würfel (42g) Hefe

500 g Mehl

80 g Zucker

1 Prise Salz

1 Ei

50 g weiche Butter oder Margarine

etwas Mehl zum Bearbeiten

Einige EL Marmelade, zum Beispiel Pflaume(nmus), Himbeere,
Erdbeere

1 Schuss Milch

(1 Eigelb)

(Hagelzucker oder Mandelblättchen, falls vorhanden, zum
Bestreuen)

Die Hefe in die lauwarme Milch bröckeln und sie unter Rühren auflösen.

Das Mehl mit dem Zucker, dem Salz und dem Ei in eine Schüssel geben und die Hefemilch zugießen. Alles mit den Knethaken verrühren.

Die Butter unterkneten, bis der Teig glatt und geschmeidig

ist. Wenn er sich beim Kneten zu einer Kugel formt, noch einige Minuten weiter kneten!

Den Teig mit einem leicht feuchten Geschirrtuch zudecken und an einem warmen Ort 40 Minuten gehen lassen, bis er sich verdoppelt hat.

{Ich habe im Backofen 50° C eingestellt, ihn da hinein gepackt, den Ofen ausgemacht und einen Mini- Spalt offen gelassen.}

Habt ihr dann eine große Schüssel fluffigen Teigs vor euch, geht es weiter.

Belegt ein Blech mit Backpapier und mehlt eure Arbeitsfläche leicht ein.

Wollt ihr wie ich mehrere kleine Zöpfe backen, halbiert oder drittelt ihr den Teig. Das Vorgehen ist aber immer das gleiche.

Einfache Zöpfe ohne Marmelade:

Jede Zopfportion wird halbiert oder gedrittelt und daraus rollt man Stränge. Diese legt man in ihrer Mitte übereinander, wie ein Kreuz oder ein Stern. Dann verflacht man auf jeder Seite Richtung Ende die Stränge, drückt die Teigenden gut zusammen und steckt sie unter den Zopf.

Zopf mit Marmelade:

Die zwei oder drei Teigportionen werden jeweils zu schmalen Rechtecken ausgerollt (etwa 18×75 cm). Diese bestreicht man mit Marmelade, dabei unbedingt auf einer Längsseite einen ca. 3 cm breiten Rand freilassen! Diese Ränder dünn mit Wasser bestreichen.

Von der Längsseite mit Marmelade her ausrollen und die Kante gut verschließen.

Diese Rollen dann wie beim normalen Zopf auch flechten.

Die Zöpfe noch mal eine Weile gehen lassen.

Dann mit Milch (mit dem Eigelb verquirlt) bestreichen und falls man mag, noch Mandeln oder Zucker drauf streuen.

Im vorgeheizten Ofen (Umluft 275°C) 20- 30 Minuten backen (je nach Anzahl und Größe der Zöpfe, also ein bisschen im Auge behalten).[nurkochen]



Ich konnte mich ja nicht beherrschen, als die goldgelben Zöpfe aus dem Ofen kamen! Dieser warme, leicht süße Hefeteigduft! Wunderbar! Ich musste natürlich auch überprüfen, ob sie ganz durch waren, dieser Stäbchenprobe ist ja nicht zu trauen... also wurde angeschnitten und eine noch fast heiße Scheibe lockerer, saftiger Hefekuchen ließ mich genießerisch seufzen. So gut.

Ich wünsche euch ein genussvolles Wochenende, vielleicht ja mit eurem Lieblingsteig, oder auch einer anderen feinen Zauberei aus eurer Backstube!

Bis bald,
eure Judith



Ein Rezept gegen (oder für?) Fernweh: Zimtschnecken

Letztes Jahr im Herbst war meine beste Brieffreundin Anika in Südschweden und berichtete in ihrer folgenden Email voller Begeisterung über dieses schöne Land.

Mit Schweden verbinde ich weite grüne Landschaften, felsengesäumte Küsten mit blauem Meer und fröhlichen farbigen Holzhäusern. Und – nicht zuletzt dank Ikea – Köttbullar und Kanelbullar, also kleine Fleischklopse und Zimtschnecken.

Die Schnecken bei Ikea haben mich jedoch gar nicht überzeugt, also stand nach diesem Besuch fest: die backe ich selbst mal!

Dieser Vorsatz rückte sich bei Anikas Schwedenschwärmerei wieder ins Bewusstsein und irgendwo sah ich letzte Woche Fotos von Zimtschnecken – und mein Naschkater auch, der prompt quengelnde Katergeräusche von sich gab und ein bettelndes Gesicht aufsetzte. Ich kann ihm keinen Wunsch abschlagen, wenn

er das tut...

Der Moment war also gekommen, es musste Hefeteig angesetzt werden und bald dufteten die Küche sowie die restliche Wohnung herrlich süß nach Zimt und Zucker!



Und wie der Duft versprach, so schmeckten die Zimtschnecken auch! Der Hefeteig war wunderbar weich und luftig aufgegangen und in die Füllung kam eine riesige Ladung Zimt {ich finde nämlich, alle Rezepte geben bei dieser Zutat viiiieel zu wenig an!}. Die Schnecken sind wirklich einfach zu backen und man kann sich entweder viele kleine, oder, wie ich es getan habe, aus einer großen Teigrolle weniger und dafür größere backen.



Teig:

500 g Mehl
100 g Zucker
1 TL Kardamom, gemahlen
1 Prise Salz
1 Würfel Hefe
200 ml Milch, lauwarm
1 Ei, zimmerwarm
70 g flüssige und abgekühlte Butter/ Margarine

Füllung:

30 g weiche Butter oder Margarine
50 g Zucker
4 TL Zimt

{Hagelzucker zum Draufstreuen, falls vorhanden}

Die Milch erwärmen und die Butter/ Margarine schmelzen.
Mehl, Zucker, Salz und Kardamom in einer großen Schüssel mischen und eine Mulde in die Mitte drücken.
Die Hefe in der Milch auflösen und in die Mulde geben. Ein bisschen Mehl mit der Flüssigkeit verrühren, die Butter und das Ei dazu geben und alles zu einem glatten Teig kneten. An einem warmen Ort {am besten im Backofen} ca. 45 Minuten gehen lassen, bis sich der Teig verdoppelt hat.
Zimt und Zucker mischen; die Butter/ Margarine im Ofen weich werden lassen.

Dann den Teig auf einer leicht bemehlten Fläche zu einem Rechteck ausrollen.

{Wenn ihr kleine Zimtschnecken wollt, teilt dieses Rechteck noch einmal, damit ihr zwei habt.}

Die Teigfläche{n} mit der weichen Butter/ Margarine bestreichen und gleichmäßig mit der Zimt-Zucker-Mischung bestreuen.

Vom breiten Ende her eng aufrollen und fingerdicke Scheiben schneiden.

Diese auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen {mit ganz wenig Wasser oder Milch bepinseln und mit Hagelzucker

bestreuen} und im vorgeheizten Ofen **bei 200 °C 10-15 Minuten backen**, je nachdem, wie knusprig ihr sie haben wollt. Auf jeden Fall sollten sie aber leicht goldbraun sein.
=)[nurkochen]



Ich
brühe mir jetzt einen schönen Kaffee, genehmige mir noch ein paar Zimtschneckchen {bevor sie alle aufgefuttert sind ^^} und träume ein wenig von schwedischen Inga-Lindström- Landschaften und Sommerurlaub.

Habt eine genussreiche Zeit,
eure Judith



Für Frittier- Faule: Monkeybread, das (fast) schmeckt wie ein Berliner



Ist es nicht unglaublich? Jetzt ist der erste Monat des neuen Jahres schon fast vorbei! Dem Wetter nach würde man aber eh sagen, es ist April, so wie die Temperaturen abstürzen und über Nacht frühlingshaft ansteigen, wie es windet und dann wieder ein blauer Himmel strahlt, bei dem meine Oma wieder sagen würde: „Wie an der Riviera“ (dabei bin ich nicht mal sicher, ob sie jemals an der Riviera war...).

Jedenfalls passt das Wetter perfekt zur verrückten 5. Jahreszeit, die ja nun auch schon wieder beginnt. Ich gestehe, ich bin Faschingsmuffel. Den Fernseher lasse ich in Zeiten der allüberall präsenten Prunksitzungen resigniert gleich ganz aus und kommt die Zeit der Umzüge in den Ortschaften, ergreife ich, wenn möglich, die Flucht.

Und obwohl ich Hefeteig liebe und auch Konfitüre mag, bin ich

kein großer Fan von Berlinern (oder Krapfen oder Pfannkuchen und wie sie überall in Deutschland so schön anders heißen ;).

Einmal im Jahr esse ich allerdings doch meistens einen. Selbst gemacht habe ich sie aber nie, wie ich auch generell noch nie frittiert habe. Die Ölmenge und das Spritzen und der Fettgeruch schrecken mich ab. Vielen von euch geht es da sicher ähnlich.

Umso begeisterter war ich, als ich neulich auf facebook bei einer Blog- Kollegin aus dem [Knusperstübchen](#) (eine wirklich schöne Seite, schaut mal vorbei!) dieses Rezept für Monkey bread fand, das nach Art eines Berliners gemacht ist bzw. so schmeckt. Monkey bread stand sowieso auf meiner Back-Wunsch-Liste und so schlug ich zwei Fliegen mit einer Klappe: einmal „Berliner“ selbst machen und „Affenbrot“ ausprobieren. =) Hier das [Rezept](#), das ich ziemlich genau von Sarah übernommen habe. Ich habe den Sirup und die Füllung weggelassen, weil ich den Teig selbst schon schön süß fand und ich außerdem meine Tülle nicht finden konnte, mit der ich in die Berliner hätte stechen können, um ihnen einen Marmeladenkern zu verpassen.



Zutat

en (für eine Muffinform für 12 Muffins):
1 Packung Trockenhefe oder 25 g Frischhefe
350 g Mehl
50 ml lauwarmes Wasser ODER 100 ml Sekt

50 ml Sirup (ich habe Agavendicksaft genommen)

100 ml lauwarme Sahne oder Milch

30 g Rohrohrzucker

50 g weiche Butter

1 Ei

Zum Wälzen:

20 g flüssige Butter

80 g Rohrohrzucker

Zum Füllen:

100g (Himbeer)-Marmelade nach Wunsch

Lauwarme Sahne/Milch mit dem Wasser/Sekt und dem Zucker in eine große Schüssel geben und die Hefe sowie den Sirup darin auflösen und alles 10 Minuten ruhen lassen.

Dann das Mehl, das Ei und die weiche Butter dazu geben und 5-10 Minuten kneten, bis es ein glatter fluffiger Teig ist, der wunderbar glänzt.

Den Teig mit einem TL weicher Butter einreiben, seine Schüssel mit einem Tuch abdecken und ihn an einem warmen Ort 60 Minuten gehen lassen.

20 g Butter schmelzen, 80 g Zucker in eine flache Schale geben. Muffinform fetten.

Den Teig nochmals durchkneten, dann kleine Teigstücke abzupfen, zu Kügelchen formen und diese erst in der Butter, dann dem Zucker wälzen. Immer ca. 7 Kugeln in eine Form setzen.

Die Muffins noch mal 30 Minuten ruhen lassen.

Bei 180°C Umluft im vorgeheizten Ofen in 10-15 Minuten goldbraun backen.

Abkühlen lassen und nach Belieben mit Marmelade füllen und mit Puderzucker bestäuben.[nurkochen]



Ich hoffe, ihr habt genauso viel Freude an diesem Rezept wie ich und genießt diese tollen „Monkey- Muffins“!

Habt eine genussvolle Zeit!
Eure Judith



Apfel- Cranberry- Kuchen mit Vollkornhefeteig



Heute gibt es bei mir einen unkomplizierten Apfelkuchen, der mit recht wenig Zucker auskommt, denn die Cranberries geben noch viel Süße dazu und passen perfekt zu frisch- säuerlichen Äpfeln und dem Vanilleguss.

Man kann in diesem Rezept toll Reste verbacken und es je nach Vorlieben und Vorräten variieren.

Vollkornhefeteig

(Für 1 Backblech oder eine runde Form 34 cm Ø)

250 g Vollkornmehl (Dinkel oder Weizen)

1 Prise Salz

1 Packung Trockenhefe

30 g Zucker

1 Ei

40 g weiche Butter

140 ml lauwarme Milch

Alle trockenen Zutaten mischen, dann das Ei, die Butter und die Milch dazugeben und alles mit den Knethaken des Rührgerätes oder der Küchenmaschine 10-15 Minuten kneten.

Den Teig leicht mit Mehl bestäuben und zugedeckt an einem warmen Ort 30- 45 Minuten gehen lassen.

Füllung

Äpfel, geschält und fein geschnitten

1 Packung gehackte Mandeln

1 Tüte getrocknete Cranberries

Guss

150 g Crème fraîche

200 ml Milch

1 Ei

3 EL Zucker

1 Packung Vanillezucker

$\frac{1}{2}$ Packung Vanillepuddingpulver

Alle Zutaten in einer Schüssel gut verrühren.



Teig auf Mehl ausrollen, in eine gefettete Form legen, den überstehenden Rand noch hängen lassen. Die Füllung darauf verteilen und den Guss darüber geben. Dann

den Rand gleichmäßig abschneiden, so dass er etwas höher als der Guss ist.

Im vorgeheizten Backofen bei 175°C Umluft 20-30 Minuten backen.[nurkochen]

Variationen:

Man kann auch anderes Obst nehmen, wie Birnen oder Kirschen; Rosinen statt Cranberries, alle Arten von Nüssen statt Mandeln, alles auch gemahlen; ... der Fantasie und Resteverwertung sind keine Grenzen gesetzt!

Auch beim Guss kann man variieren, je nachdem, was man da hat. Die Flüssigkeit sollte 350 ml betragen, ansonsten kann man quasi alles nehmen. Bei z.B. Birnen kann ich mir auch Schokopuddingpulver gut vorstellen oder sogar Karamellpudding; falls kein Puddingpulver vorhanden ist, geht auch die gleiche Menge Speisestärke plus entsprechende Aromen wie Vanille etc.

Ich wünsche euch viel Spaß beim Nachbacken und viel Freude beim Verputzen!

Habt eine genussvolle Zeit,
eure Judith ♥