



• Der einfachste und schnellste Weg, Sauerteigbrot herzustellen •

WIE SIE IHR BROT ZUBEREITEN

Um notwendige Mengen und den zeitlichen Verlauf besser abschätzen zu können, empfehlen wir, das Rezept gründlich und vollständig durchzulesen. Im Sommer reicht es aus, den Sauerteig über Nacht anzusetzen. Im Winter ist der Fermentationsprozess aufgrund kühlerer Temperaturen langsamer, sodass die Zubereitung einige Stunden mehr in Anspruch nimmt.

DER ABEND / NACHMITTAG DAVOR:

1. Geben Sie eine **Tüte Masa Mater, 500 g Mehl, 10 g feines Salz und 400 ml Wasser** in eine Schüssel (falls es sehr heiß ist oder falls Sie kein Vollkornmehl verwenden, nutzen Sie 50 ml Wasser weniger, um die Knetbarkeit zu verbessern). Wir empfehlen, dass mindestens die Hälfte des verwendeten Mehls aus einem Mehl mit hohem Mineralgehalt besteht (z.B. Weizenmehl Typ 812, Dinkelmehl Typ 1050 oder Roggenmehl Typ 1150). Für den restlichen Anteil an Mehl können beliebige Mehlsorten verwendet werden: Gewöhnliches Mehl, Roggen- oder Vollkornweizenmehl und andere. Im Winter empfehlen wir Ihnen, das Wasser vor dem Start etwas zu erhitzen (handwarm).
2. Rühren Sie die Masse mit einem Löffel. Optional: Fügen Sie einen Esslöffel Honig oder braunen Zucker hinzu, um sich natürlicherweise im Sauerteig bildende Säure etwas abzumildern.
3. Lassen Sie den Sauerteig 30 Minuten stillstehen.
4. Im Anschluss wird der Teig mehrmals geknetet (2 Minuten Kneten + 15 Minuten Pause). Wiederholen Sie diesen Vorgang 3 Mal. Um zu vermeiden, dass der Teig klebrig wird, befeuchten Sie Ihre Hände, aber fügen Sie kein weiteres Mehl hinzu. Wenn der Teig zu stark klebt und/oder Sie Schwierigkeiten mit der Handhabung des Teigs haben, empfehlen wir Ihnen unser Blogbeitrag, die Sie unter folgenden Namen finden: "Amasar o no amasar: cuestión de miga" oder "El mejor del Panadero casero es el amasado francés": Wir erklären dort alles im Detail.
5. Rollen Sie den Teig zu einer Kugel und geben Sie ihn in eine mit Öl gefettete Schüssel. Bedecken Sie die Schüssel im Anschluss mit einer Plastik- oder Frischhaltefolie.
6. **Die erste Fermentation: Der Teig wächst!** Im Sommer dauert es 7-8 Stunden und im Winter 13 Stunden (dieser langsame Prozess macht das Brot schmackhafter). Lassen Sie den Teig lange genug fermentieren, damit er richtig aufgeht.

DER NÄCHSTE TAG

7. Streuen Sie Mehl auf Ihre Arbeitsfläche und bringen Sie den Teig in die gewünschte Form.
8. **Zweite Gärung: nicht mehr kneten!** Bedecken Sie den Teig erneut mit einer Folie. Er wird dadurch weiter aufgehen. Im Sommer ist eine Stunde ausreichend. Im Winter sollte der Teig mindestens 3 Stunden stehen.
9. Heizen Sie den Ofen zusammen mit dem Backblech 30 Minuten lang bei maximaler Temperatur (250 °C) vor.
10. Schneiden Sie das Brot mit einem scharfen Messer oder einem Cuttermesser in der oberen Fläche etwas ein, bevor Sie es in den Ofen geben.

11. Backen:

- Der Ofen sollte nur mit Unterhitze und ohne Umluft eingeschaltet sein. Wenn Ihr Ofen diese Option nicht hat, können Sie ein weiteres Ofenblech nutzen, um die Wärme des oberen Heizelements abzumildern.
- Legen Sie das Brot mit Hilfe eines Papierbodens in den Ofen (Sie können hier Karton oder Backpapier nutzen). Gießen Sie ein halbes Glas Wasser direkt auf den unteren Teil des Ofens, um ausreichend Feuchtigkeit zu gewährleisten (Gießen Sie das Wasser NICHT in das Tablett, in dem sich das Brot befindet).
- Verringern Sie nach 20 Minuten die Temperatur auf 180 °C und wählen Sie nun die Option Ober- UND Unterhitze (keine Umluft). Wenn Ihr Ofen diese Option nicht hat, nutzen Sie nur Unterhitze.
- Öffnen Sie den Ofen für einige Sekunden, um den Feuchtigkeitsüberschuss zu beseitigen. Danach schließen Sie den Backofen und lassen das Brot für 30 weitere Minuten backen oder alternativ solange, bis die Kruste goldbraun ist (wenn Sie mehrere Brote statt nur einem machen, sollte die Backzeit etwas verkürzt werden).
- Nehmen Sie das Brot aus dem Ofen. Lassen Sie es auf einem Rost abkühlen, damit der Boden nicht feucht wird.

ES IST NOCH EINFACHER MIT EINEM BROTBACKAUTOMATEN:

Geben Sie eine Tüte *Masa Mater* in den Brotbackautomaten, sowie 500 g Mehl Ihrer Wahl (vorzugsweise Mehl mit hohem Mineralgehalt, wobei Sie auch verschiedene Sorten mischen können), 400 ml Wasser, 10 g Salz und optional: 30 g Walnüsse, 30 g Rosinen und ein Esslöffel Honig.

Das gewählte Programm sollte den Brotteig zu Beginn 10-15 Minuten lang kneten.

Nach dem anfänglichen Kneten wird der Brotbackautomat (manuell oder automatisch) ausgeschaltet und es folgt eine Fermentationszeit von 12 – 17 (verlängern oder verkürzen Sie die Zeit je nach Temperatur Ihrer Küche: Wenn es kälter ist, benötigt der Sauerteig etwas mehr Zeit, um richtig aufzugehen). Nach dieser ersten Fermentation wird ein Basisprogramm gestartet (in der Regel Programm 1), welches für die Herstellung von 1 kg Brot geeignet sein sollte. *Dieses Programm sollte ein Kneten von 10 bis 20 Minuten, eine Pause von mindestens 1 Stunde und eine Backdauer von ungefähr 50 Minuten beinhalten.

Wir empfehlen auch das Videorezept von Masa Mater zur Anwendung von Brotbackautomaten auf unserem Blog!

SPEZIALITÄTEN

Wenn Sie ein Brot mit einigen zusätzlichen Zutaten wünschen, geben Sie diese in Schritt 7 kurz vor dem Kneten in den Teig. Wenn Sie zusätzliche Zutaten nur als Dekoration auf der Kruste bevorzugen, fügen Sie diese in Schritt 10 hinzu, noch bevor Sie das Brot oberflächlich anschneiden.

Brot- und Dessertrezepte mit Masa Mater finden Sie auf unserem Blog.

Haben Sie eine besondere Idee? Wir empfehlen Ihnen, Ihre eigenen Variationen zu probieren und Bilder mit der Masa Mater Gemeinschaft zu teilen. Wir freuen uns auf Ihren Beitrag! Sie finden uns auf Facebook unter Masa Mater, auf Instagram: @masa_mater sowie auf Twitter @masa_mater.