

30. August 2011

## Handbrot (Rezept I)

Auf vielen Jahr- und Weihnachtsmärkten in Sachsen gibt es „Handbrote“, die im Holzbackofen frisch zubereitet werden. Die Besonderheit der Handbrote ist ihre wortwörtliche Handlichkeit und ihr gefülltes Inneres – meistens eine Kombination von Käse und Schinken. Auf dem Freiburger Bergstadtfest stand dieses Jahr auch wieder solch eine Handbrot-Bude. Schön rustikal sah es aus, von der Ferne duftete es auch verführerisch. Doch außer der leckeren Füllung war mit dem Brot an sich kein Preis zu gewinnen. Es schmeckte nur nach Hefe. Es müssen Tonnen davon im Teig gewesen sein.

Deshalb habe ich mich nun ans Werk gemacht und ein eigenes Handbrot gebacken. Ich bin immer noch am Experimentieren. Und so wird es sicher in nicht allzu weiter Ferne wieder mal ein anderes Handbrotrezept geben.

Der Teig ist eine Art Sauerteigmischbrot. Sehr locker, feinporig und geschmacklich passend zur würzigen Füllung.

### Vorteig (Pâte fermentée)

- 50 g Weizenmehl 1050
- 30 g Wasser
- 1,5 g Frischhefe
- 1 g Salz

### Roggensauerteig

- 120 g Roggenmehl 1150
- 95 g Wasser
- 12 g Anstellgut

### Hauptteig

- Vorteig
- Sauerteig
- 180 g Roggenmehl 1150
- 70 g Weizenmehl 1050
- 150 g Wasser
- 10 g Frischhefe
- 12 g Salz

### Füllung

- 100 g Champignons (frisch)
- 1 Zwiebel
- 75 g Bauchspeck
- 100 g Emmentaler (gerieben)

Die Vorteigzutaten verrühren, 1 Stunde bei Raumtemperatur und 48 Stunden im Kühlschrank lagern.

Für den Sauerteig Mehl, Wasser und Anstellgut mischen und 16-18 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

Die Champignons für die Füllung am Vortag putzen, in feine Streifen schneiden und gemeinsam mit der gewürfelten Zwiebel und dem ebenfalls gewürfelten Speck anbraten. Bis zur Verwendung kühl aufbewahren.

Alle Teigzutaten 5 Minuten auf niedrigster und 5 Minuten auf zweiter Stufe zu einem klebrigen Teig kneten, der sich nicht komplett vom Schüsselboden löst.

1,5 Stunden Gare bei Raumtemperatur, dabei nach 30 und 60 Minuten mit der Teigkarte den Teig unter Drehung der Schüssel vom Rand zur Schüsselmitte hin einfalten und entgasen.

Den Teig auf einer gut bemehlten Arbeitsfläche rechteckig ausrollen (ca. 25×40 cm), die Füllung und geriebenen Käse in 4-5 Portionen auf der oberen Teighälfte verteilen und die untere Teighälfte darüber klappen. Mit der Teigrolle die Ränder der einzelnen Handbrote festdrücken.

Die Brote bis zur Füllung einschneiden und 30 Minuten warm zur Gare stellen.

Bei 230°C 25-30 Minuten mit Dampf backen.

*Zubereitungszeit am Backtag: 3 Stunden*



[www.brotbacken.de](http://www.brotbacken.de)