

25. Januar 2011

Kommissbrötchen

Weihnachten gab es neben dem Sauerteigbuch noch ein weiteres auf dem Gabentisch: „Brot & Brötchen“ von Helene Weinold-Leipold. Auch wenn ich das Buch nur eingeschränkt empfehlen kann (mehr dazu bald), hat es mich immerhin an eine Unterhaltung mit meiner Verwandtschaft erinnert. Damals fiel das Wort „Kommissbrot“. Ich konnte damit nichts anfangen, die Älteren der Familie schon.

Das Brot diente seit Jahrhunderten Soldaten als einfacher Energielieferant. Bei der Zusammensetzung scheiden sich die Geister. Im Sauerteigforum bzw. im Sauerteigbuch hat Pöt es als Roggenmischbrot mit Weizensauerteig vorgestellt. Die Mehrheit der Quellen, die ich gefunden habe, setzt den Schwerpunkt auf Roggenvollkornmehl und Roggensauerteig. Weizenmehl ist lediglich zwischen 10 bis <50% enthalten.

Ein Rezept, das dem Durchschnitt der Originale aus meiner Sicht am nächsten kommt, fand ich auf der Website der Berufsbildenden Schulen Goslar/Seesen. Dreistufig geführter Sauerteig, Roggenschrot und 20% Weizenanteil. Ich habe mich an diesem Rezept orientiert, statt Schrot Roggenvollkornmehl verwendet, auf das Paniermehl und auf Hefe verzichtet und die Mengen deutlich reduziert.

Für Kommissbrot ist die weiche Kruste typisch – ausgenommen von der Oberseitenkruste. Dieses Charakteristikum entsteht durch das Aneinanderlegen vieler Teiglinge beim Backen. Um auf das markante Merkmal nicht verzichten zu müssen, habe ich statt Brot Brötchen gebacken. Sehr locker, sehr lecker und lange haltbar. Das Kommissbrot hat noch weitere Vorteile, die von den Seesener Backschülern notiert wurden: gesund, ökologisch, klimaschützend, nachhaltig. Wenn das keine Argumente sind ...

Am besten schmecken die Brötchen nach mehr als einem Tag Ruhe, wenn sie nochmal kurz aufgebacken werden.

Roggensauerteig

- 145 g Roggenvollkornmehl (24 g + 48 g + 73 g)
- 145 g Wasser (40 g + 32 g + 73 g)
- 20 g Anstellgut

Hauptteig

- Sauerteig
- 215 g Roggenvollkornmehl
- 70 g Weizenmehl 1050
- 190 g Wasser
- 9 g Salz
- Öl zum Bestreichen

Die Sauerteigzutaten vollständig mischen und 16-20 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

Alternativ das Anstellgut mit der oben angegebenen ersten Teilmenge mischen und für 4 Stunden bei 26°C, dann vermischt mit Teilmenge 2 für 8 Stunden bei 22°C und schließlich mit Teilmenge 3 für 3 Stunden bei 30°C lagern.

Alle Zutaten in eine Schüssel geben und mit einem Löffel zu einer homogenen Masse verrühren.

30 Minuten Teigruhe, dann kurz von Hand durchkneten.

Den Teig in zwei Teile stechen und Stränge von ca. 30 cm Länge formen. Beide Stränge in je vier Teile schneiden. Die Teiglinge nun in zwei Reihen zu je vier Stück auf Backpapier legen. Die sich berührenden Teiglinge Seiten mit Öl bestreichen.

2-2,5 Stunden warm zur Gare stellen.

Mit Wasser abstreichen und bei 250°C 30 Minuten backen.

Zubereitungszeit am Backtag: ca. 4 Stunden

