

26. Juli 2011

Auf der Walz – Tag 16: Reisebrötchen

Während ich mich langsam dem Ende meiner Backwalz näherte und im Zug nach Kiel die vergangenen Wochen Revue passieren ließ, erinnerte ich mich an eine Mail, die mich im Februar erreicht hatte. Darin wurde mein Ehrgeiz geweckt, ein für Babys/Kinder geeignetes Brötchen mit den folgenden Eigenschaften zu backen:

1. Länglich und schmal, damit es von der kleinen Hand gehalten werden kann.
2. Die Kruste sollte nicht zu knusprig sein.
3. Schmackhaft aber nicht zu salzig, eher etwas süß, aber kein Milchbrötchenteig.
4. Sehr nahrhaft, aber eher keine größeren Körner.
5. Nicht so krümelig wie die Milchbrötchen und nicht so klebrig zäh wie die Bäckerbrötchen.

Gebacken werden musste also die berühmte eierlegende Wollmilchsau.

1. Punkt 1 ist reine Formgebungssache und unproblematisch.
2. Punkt 2 habe ich durch Zugabe von Fett geregelt.
3. Weizensauerteig bringt Geschmack und ist gleichzeitig Ersatz für möglicherweise unverträgliche Industriehefe. Ich verzichte auf Milch. Für die leichte Süße sorgt Honig. Der Salzgehalt liegt deutlich unter den üblichen Mengen.
4. Nahrhaft wird das Brötchen durch den Vollkornmehlanteil und die Zugabe von Weizenkleie und -keimen. Gleichzeitig kann auf ganze Körner oder Schrot verzichtet werden.
5. Wenn Milchbrötchen krümelig sind, sollte man den Bäcker wechseln. Die gewünschte Kurzfaserigkeit und leichte Reißbarkeit habe ich versucht durch den Fettanteil und die Verarbeitung zu steuern.

Da dieses Brötchen nicht nur für Babys/Kinder, sondern auch ideal für unterwegs geeignet ist, habe ich das Rezept in die Reihe meiner Walzbäckerei aufgenommen.

Weizensauerteig

- 60 g Weizenvollkornmehl
- 60 g Weizenmehl 550
- 120 g Wasser
- 12 g Anstellgut

Hauptteig

- Sauerteig
- 20 g Pflanzenöl
- 20 g Margarine
- 180 g Weizenmehl 550
- 30 g Honig
- 4 g Salz
- 30 g Weizenkleie
- 15 g Weizenkeime
- 1 Ei zum Abstreichen

Die Sauerteigzutaten mischen und 16-18 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

Alle Zutaten außer dem Öl und der Margarine 5 Minuten auf niedrigster und 5 Minuten auf zweiter Stufe verkneten. Anschließend über weitere 5 Minuten verteilt tropfen- bzw. flockenweise das Öl und die Margarine einkneten. Der Teig sollte sich komplett vom Schüsselboden lösen und nicht kleben.

2 Stunden Gare. Nach 1 Stunde einmal falten.

Teiglinge zu je 50 g abstechen, rund wirken und abgedeckt 20 Minuten ruhen lassen.

Teiglinge länglich formen, einschneiden und mit Schluss nach oben in Bäckerleinen 3 Stunden zur Gare stellen.

Mit etwas Ei abstreichen und bei 200°C 20 Minuten blassbraun backen.

Zubereitungszeit am Backtag: ca. 7 Stunden

