

3. Juni 2009

Haferbrot

Da ich noch etwas Levain-Vorteig übrig hatte, musste ich mir was einfallen lassen. Herausgekommen ist ein Haferbrot mit folgenden Zutaten:

- ca. 800 g Levain
- 200 g Roggenmehl 1150
- 150-180 g Wasser
- 5 g Trockenhefe
- 70 g Haferflocken
- 70 g Haferkleie
- 14 g Salz

Alle Zutaten zu einem leicht klebrigen Teig verkneten (ca. 10-15 Minuten) und 30 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

Anschließend nochmals 5-10 Minuten leicht kneten und in einen Gärkorb legen. Dort den Teig bei etwa 30°C 60 Minuten gehen lassen.

Den Laib ca. 40 Minuten im vorgeheizten Ofen backen, die ersten 10 Minuten bei 250°C, den Rest der Zeit bei 190°C.

Kurz vor dem Backen ist es jedem selbst überlassen, diverse Muster in den Laib zu schneiden. Eine andere Variante für rustikales Aussehen ist folgende: den zu einer Rolle geformten Teig leicht plattdrücken und eine Seite dieser Scheibe bemehlen. Dann den Teig so zusammenklappen, dass die unbemehlte Seite nach außen zeigt. Mit der Naht nach unten in den Gärkorb legen. Beim Umstülpen auf das Backblech ist die Naht wieder oben und das Brot reißt kontrolliert auf.

Zubereitungszeit am Backtag: ca. 3 Stunden

