

26. Februar 2011

Joghurt-Vollkorn-Toastbrot

Stefanie hatte Mitte Januar ein Rezept verbloggt, das gleich meine Neugier geweckt hat. Ein Vollkornweißbrot. Nachdem ich das Pain de Mie von Hamelman schon mit 40% Weizenvollkornmehl gebacken hatte, empfand ich es als spannendes Experiment, ein Toastbrot aus 100% Vollkornmehl zu testen.

Durch den kleinen Hinweis von Stefanie auf ihr Joghurt-Honig-Brot, habe ich ihr Rezept nun leicht verändert mit Joghurt statt Wasser im Hauptteig gebacken.

Ein sehr fluffiges, kerniges Brot, das mir mit leichten Belägen wie Frischkäse oder Quark am besten schmeckt.

Weizensauerteig

- 80 g Weizenvollkornmehl
- 80 g Wasser
- 8 g Anstellgut

Vorteig (Polish)

- 80 g Weizenvollkornmehl
- 80 g Wasser
- 0,6 g Frischhefe

Water roux

- 16 g Weizenvollkornmehl
- 80 g Wasser

Hauptteig

- Sauerteig
- Vorteig
- Water roux
- 350 g Weizenvollkornmehl
- 200 g Naturjoghurt
- 30 g Leinöl
- 30 g Honig
- 10 g Salz

Die Zutaten für den Sauerteig und den Vorteig jeweils mischen und 14-18 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

Für das Water roux Mehl und Wasser gut verrühren, auf ca. 65°C erhitzen und rühren bis die Masse stockt und sich vom Topfboden löst. Abgedeckt auskühlen lassen.

Mehl, Vorteig, Sauerteig, Water roux und Joghurt verkneten und 1 Stunde ruhen lassen (Autolyse).

Die übrigen Zutaten 5 Minuten auf niedrigster Stufe einkneten. Weitere 10 Minuten auf 2. Stufe kneten, bis ein straffer Teig entstanden ist.

1,5 Stunden Gare, danach den Teig flach drücken und zu einem Strang aufrollen. Den Strang in vier Teile schneiden und quer nebeneinander in die gefettete oder mit Backpapier ausgelegte Kastenform legen.

2 Stunden Gare, bis sich das Teigvolumen etwa verdoppelt hat.

Bei 200°C 45 Minuten mit Dampf backen.

Zubereitungszeit am Backtag: ca. 6 Stunden

