

15. September 2012

Leserwunsch: Schüttelbrot

Als Tini mich fragte, ob ich schon einmal von Südtiroler Schüttelbrot gehört oder es gar schon gebacken habe, musste ich mit „Nein“ antworten. Das Versprechen, Schüttelbrot zu backen, löse ich hiermit nach langer Zeit ein.

Es ist nicht so einfach, Rezepte für Schüttelbrot zu finden. Wie bei vielen Brotspezialitäten variieren die Rezepte untereinander stark. Immer enthalten ist allerdings Brotgewürz, meist Fenchel, Kümmel und Schabzigerklee. Schabzigerklee ist in meiner Gegend nicht einfach zu bekommen. Um es im Internet zu bestellen, war die Zeit bis zum geplanten Backtag zu kurz. Ich habe ihn also weggelassen, führe ihn der Vollständigkeit halber aber mit im Rezept auf.

Das Schüttelbrot kommt zu seinem Namen, weil der weiche Teigling vor dem Backen auf einem Brett flach geschüttelt wird. Am Ende hat das Brot eine Höhe von 5-8 mm. Durch das lange Backen wird so viel Feuchtigkeit entzogen, dass es schon fast an Knäckebrötchen erinnert. Eine Köstlichkeit, die dank des hohen Roggenanteils besonders gut zu würziger Wurst oder Schinken passt.

Roggensauerteig

- 40 g Roggenvollkornmehl
- 40 g Wasser
- 4 g Anstellgut

Hauptteig

- Sauerteig
- 80 g Roggenmehl 1150
- 40 g Weizenmehl 550
- 140 g Wasser
- 3 g Frischhefe
- 3 g Salz
- 0,8 g Fenchel (getrocknet)
- 0,8 g Kümmel
- 0,8 g Schabzigerklee

Die Sauerteigzutaten mischen und 18-22 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

Fenchel, Kümmel und Schabzigerklee mit einem Mörser zerstoßen.

Sämtliche Zutaten in der Knetmaschine 5 Minuten auf niedrigster Stufe und 1 Minuten auf zweiter Stufe mit dem Paddle (Flachschläger) vermischen. Die Teigkonsistenz ist weich und klebrig.

Den Teig 30 Minuten bei ca. 25°C abgedeckt ruhen lassen.

Auf der gut bemehlten Arbeitsfläche den Teig mit der Teigkarte halbieren und auf ein bemehltes oder mit Backpapier belegtes Brett setzen.

30 Minuten Gare bei ca. 26°C.

Vor dem Backen das Brett mit beiden Händen umfassen und schnelle schwingende Bewegungen in horizontaler Richtung durchführen, sodass der weiche Teig auseinanderfließt und auf ca. 5 mm Dicke ausdünnt.

Die beiden Teiglinge bei 230°C fallend auf 210°C 30 Minuten mit Dampf backen.

Zubereitungszeit am Backtag: ca. 2 Stunden

