



Tipps
& Hinweise
siehe
Rückseite

KNUSPRIGE SAUERTEIG-BROTKÖRBE MIT DIP & GEMÜSESTICKS

Sauerteigzubereitung mit BÖCKER Le Chef Bio

Für den Hauptteig:

- 240 g Weizenmehl (Typ 550)
- 60 g BÖCKER Le Chef Bio
(Sauerteig Starter)
- 6 g Salz
- 10 g Frische Hefe
- 30 g Olivenöl
- 150 ml Wasser
- 1 Eiweiß

Für den Inhalt:

- 400 g Kräuterfrischkäse
- Nach Geschmack Frisches Gemüse,
z.B. Paprika, Karotten, Gurken,
Selleriesticks



mittel



Gesamtzeit: ca. 3 Std.

+

Backzeit: ca. 30 Min.

ZUBEREITUNG

- Für den Teig alle Zutaten, außer das Eiweiß, zu einem glatten Teig kneten, bis sich dieser vom Schüsselrand löst.
- Teig zu einer Kugel formen und für 30 Minuten abgedeckt, an einem warmen Ort, ruhen lassen. Währenddessen hitzebeständige Schüsseln von außen mit Alufolie einschlagen und kopfüber hinstellen.
- Nach der Gehzeit den Teig in zwei Hälften teilen. Etwas Teig für den Rand zur Seite legen.
- Jede Hälfte zu einem Rechteck ausrollen, das der Größe der Schüssel entspricht. Stränge von ca. 0,5 cm Stärke schneiden.
- Abwechselnd vertikale und horizontale Stränge über die Schüssel legen, um ein Korbmuster zu erstellen. Die Enden bündig mit dem Schüsselrand abschneiden. Den zur Seite gelegten Teig in 3 Stränge schneiden und einen geflochtenen Rand herstellen.
- Die Körbe für weitere 45 – 60 Minuten abgedeckt aufgehen lassen.
- Den Backofen auf 200°C (Ober-/Unterhitze) vorheizen und die Körbe 25–30 Minuten backen, bis sie goldbraun sind.
- Zum Versiegeln der Körbe, das Eiweiß verquirlen. Nach dem Backen die Innenseiten der Brotkörbe damit einpinseln und weitere 5 Minuten backen, bis das Eiweiß gestockt ist.
- Die Brotkörbe mit dem Kräuterfrischkäse füllen und mit Gemüsesticks servieren.

Wir wünschen Ihnen guten Appetit!



BÖCKER
SOURDOUGH

Mehr Informationen unter:
www.sauerteig.de | www.sauerteig.shop



TIPPS & HINWEISE

für herzhaftes Rezepten

- **BÖCKER Reinzucht-Sauerteig Bio und BÖCKER Le Chef Bio sind einfach und schnell in der Verwendung und vor allem gelingsicher!**

Einzigartig ist, dass die Starterprodukte entweder DIREKT in den Brotteig gegeben oder zum Ansetzen des eigenen Sauerteigs verwendet werden können. Für leckeres Brot von bester Qualität, denn unsere Produkte enthalten die richtige Menge der notwendigen Milchsäurebakterien. Die Starterprodukte können auf einfache und zuverlässige Weise bei vielen Backwaren die Backhefe ersetzen, denn der Sauerteig sorgt für ausreichend Lockerung im Brotteig. Backen Sie dafür nach unseren speziellen BACKEN OHNE HEFE – Rezepten.

- **Besonderheiten bei der Verwendung von Roggenmehl**

Roggenbrote erreichen im Vergleich zu Weizenbroten ein kleineres Volumen und eine feinere Porung. Sie haben keine Kleberstruktur wie Weizenteige, sind nicht so elastisch und gehen daher nicht so stark auf. Roggen nimmt Flüssigkeit sehr schnell auf und ist in der Verarbeitung eher klebrig. Für Mischbrote mit Roggen gilt: je höher der Roggenanteil, desto kürzer die Knetzeit.

- **Backen mit Saaten und Körnen**

Wenn den Backrezepten Körner und Saaten zugefügt werden, Flüssigkeitsmenge erhöhen. Die Saaten und Körner können für mehr Geschmack, vor der Zugabe in den Teig, geröstet werden.

- **Formen des Teiglings – Lang- oder Rundwirken**

Das Wirken ist bei fast allen Brotarten eine wichtige Grundlage und der erste Schritt, dem Teig seine Form zu geben. Dafür den Teig mit dem Handballen mehrfach von außen nach innen eingeschlagen, bis eine Kugel mit straffer Oberfläche entsteht. Auf der anderen Seite entsteht eine Faltkante, der sogenannte Teigschluss. Dieser ist beim Backen in der Regel unten.

- **Einschneiden des Teiglings**

Zum Einschneiden ein scharfes Messer verwenden und schnell durch den Teig ziehen, damit dieser nicht so stark am Messer klebt.

- **Knusprige Kruste**

Ideal ist ein Backofen mit Dampffunktion. Möchte man den Dampf selbst erzeugen, eine hitzebeständige Schale auf dem Boden des Backofens mit vorheizen. Wenn der Teigling in den Ofen gegeben wird, etwas Wasser in die Schale geben (Vorsicht Verbrennungsgefahr!). Nach ca. 10 Min. Backofentür öffnen, damit der Dampf entweicht, Temperatur reduzieren. Beim Backen im Gusseisentopf, diesen im Backofen mit geschlossenem Deckel vorheizen. Teigling vorsichtig in den Topf stürzen, etwa 2/3 mit geschlossenem Topf backen und das letzte Drittel ohne Deckel, mit reduzierter Temperatur zu Ende backen.

- **Prüfen, ob das Brot fertig ist**

Als Test, ob das Brot fertig ist, einfach mit dem Fingerknöchel auf den Brotboden klopfen. Wenn es hohl klingt, ist das Brot fertig. Aber bitte Vorsicht: Verbrennungsgefahr.