

Brötchen selber backen

Lockere und knusprige Brötchen wie vom Bäcker aus der eigenen Küche sind etwas Besonderes. Werden sie frisch gebacken gegessen, ist die Herstellung einfach und wenig zeitaufwändig. Für Brötchen mit Übernachtgare ist der Aufwand größer, sie bestechen jedoch mit einem besonderen Aroma. Die Zutaten für Brötchen sind überschaubar: Neben Mehl, Wasser, Hefe und Salz für den Teig sind Sämereien oder Getreideflocken für die Optik und den Nährwert interessant. Wichtig sind die Ruhezeiten und die richtige Temperatur bei der Teigführung, denn sie haben großen Einfluss auf Aroma und Lockerheit des Teiges.



Tipp

Werden die Saaten und ein Teil des Vollkornmehls vor der Teigherstellung mit heißem Wasser überbrüht und können über 2-3 Stunden quellen, entziehen sie dem fertigen Teig keine Feuchtigkeit mehr. Die im Rezept angegebene Flüssigkeitsmenge muss dann bei der Teigherstellung etwas reduziert werden. Durch das Vorquellen bleibt das Gebäck länger frisch.

Brötchen wie vom guten Bäcker

Wer Brötchen backen möchte, die denen aus einer professionellen Backstube ähneln, muss etwas mehr Aufwand betreiben. Bei den „Rustikalen Weizenbrötchen“ wird mit einem Vorteig gearbeitet, der zur Aromabildung 20 Stunden ruht und für den späteren Brötchenteig eine elastische und dehnbare Grundlage ist.

Bei der Teigherstellung sind die Flüssigkeitsangaben immer nur Richtwerte. Geben Sie die angegebene Flüssigkeit nicht komplett zu den trockenen Zutaten sondern beginnen Sie zunächst mit etwa 2/3 der angegebenen Menge. Nach und nach geben Sie dann weitere Flüssigkeit zu. Der Teig sollte nicht zu weich werden, denn er verliert an Elastizität wenn zum Schluss noch Mehl untergearbeitet werden muss.

Bei den Weizenbrötchen werden die Teiglinge zur Stückgare in den Kühlschrank gestellt. Während der Stückgare werden die im Teig gebildeten Gase im Teig festgehalten. Das Kleingebäck wird locker und es bilden sich weitere Aromastoffe, die sich positiv auf den Geschmack auswirken. Damit die Teiglinge keine trockene Außenhaut bekommen, kann das Blech in eine große Tüte eingepackt werden. Während des Backprozesses wird in der ersten Phase (Ofentrieb) Feuchtigkeit benötigt. Die Brötchen sollen durch die hohe Backtemperatur eine stabile Kruste bekommen, um nicht in die Breite zu gehen aber mit Hilfe des Wasserdampfes so elastisch bleiben, um in die Höhe treiben zu können.

Es gibt verschiedene Möglichkeiten um Wasserdampf in den Ofen zu bekommen .

1. Während der Aufheizphase eine Fettpfanne mit Wasser in den Ofen schieben. Dieses Blech muss nach ca. 5 Minuten Backzeit herausgenommen werden.
2. Mit Beginn des Backprozesses etwas Wasser auf den Boden des heißen Ofens gießen.
3. Mit einer Sprühpistole zu Beginn des Backprozesses Wasser in den Backofen sprühen.

Um am Ende aber ein knuspriges Brötchen aus dem Ofen herausholen zu können, muss der Dampf zum Ende der Backzeit reduziert werden. Dafür nach ca. 10 Minuten Backzeit die Backofentür für kurze Zeit öffnen und den Dampf herauslassen. ■

REZEPTIDEE: RUSTIKALE WEIZENBRÖTCHEN

Zutaten	Zubereitung
Vorteig 200 g Weizenmehl Type 550 200 g Wasser 0,2 g Frischhefe	Vorteigzutaten mit einem Löffel verrühren und ca. 20 Stunden bei 20-22 °C reifen lassen. (Der Teig hat mehr als das Doppelte an Volumen gewonnen und ist von Blasen durchzogen.)
Hauptteig 250 g Weizenmehl Type 550 50 g Roggenmehl Type 1150 17 g Backmalz 100 g Wasser 4 g Frischhefe	Für den Hauptteig den Vorteig mit Mehl, Backmalz, Wasser und Hefe 5 Minuten auf niedrigster Stufe in der Knetmaschine mischen. Dann weitere 5 Minuten auf der nächsten Stufe kneten. (Der Teig ist fest und löst sich vom Schüsselboden.)
20 g Milch	Den Teig weitere 5 Minuten kneten. Währenddessen die Milch tropfenweise zum Teig geben.
6 g Öl	Anschließend das Öl in den Teig über 2 Minuten bei gleichbleibender Knetgeschwindigkeit in gleicher Weise einarbeiten.
10 g Salz	Salz zugeben und weitere 1-2 Minuten auf zweiter Stufe kneten. (Der Teig ist mittelfest, klebt leicht, löst sich aber vom Schüsselrand.) Den Teig 1 Stunde bei ca. 24 °C luftdicht abgedeckt in einer Schüssel gehen lassen.
	Anschließend den Teig kurz von Hand durchkneten und 8 Teiglinge abstechen. Die Teiglinge zu Brötchen formen und 3 Stunden bei ca. 10 °C abgedeckt gehen lassen. Backofen auf 230 °C vorheizen. Die Teiglinge 20 Minuten backen. Nach 10 Minuten Backzeit die Ofentür weit öffnen um die Schwaden abzulassen. Den Backofen auf 210 °C zurück schalten und die Brötchen weitere 10 Minuten backen.



REZEPTIDEE: SONNTAGS-BRÖTCHEN

Zutaten	Zubereitung
1,5 kg Weizenmehl Type 1050 100 g Roggenvollkornmehl 100 g Weizenvollkornmehl 200 g Sesam 200 g Leinsamen 100 g Sonnenblumenkerne 1 Würfel Hefe 30 g Salz 200 ml Wasser	Alle Zutaten in eine Schüssel geben. Mit der Hefe und warmen Wasser einen Vorteig herstellen und diesen 30 Minuten ruhen lassen.
1 l Wasser	Danach mit dem restlichen Wasser alles zu einem geschmeidigen Teig kneten und zwei Stunden ruhen lassen. Backofen auf 230 °C Umluft vorheizen.
Öl zum bestreichen	Aus dem Teig Brötchen (ca. 60 g) formen, auf ein gefettetes Backblech setzen, noch mit Öl oder Dosenmilch bestreichen und 10-15 Minuten gehen lassen. Dann bei 200 °C ca. 20 Minuten backen. Tipp: Brötchen schnell ausformen.