



BIO-BROT

mit **BÖCKER Bake & Relax Bio-Brot Backmischung**

Für den Teig (für ca. 800 g Brot):

- 400 g **BÖCKER Bake & Relax Bio-Brot Backmischung**
- 460 ml lauwarmes Wasser
- 15g Frischhefe (oder 5 g Trockenhefe)

Teigtemperatur: ca. 26 – 28 °C
Ruhezeit: ca. 5 Min.
Reifezeit: ca. 50 – 70 Min.



einfach



Gesamtzeit: ca. 1,5 Std.

+

Backzeit: ca. 1 Std.

ZUBEREITUNG

1. Die **BÖCKER Bake & Relax Bio-Brot Backmischung** und Frischhefe (oder Trockenhefe) ca. 3 Minuten mit den Knethaken der Küchenmaschine zu einem homogenen Teig kneten.
2. Den Teig anschließend abgedeckt für 5 Minuten ruhen lassen.
3. Nach der Ruhezeit den Teig erneut ca. 3 Minuten kneten.
4. Den Teig zu einer Kugel, danach auf einer bemehlten Oberfläche länglich formen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Wer lieber in einer Form backt: Teig in eine gefettete Kastenform legen, andrücken und abdecken.
5. Den Teigling abgedeckt an einem warmen Ort (max. 30 °C) ca. 50 – 70 Minuten reifen lassen, bis sich das Volumen deutlich vergrößert hat.
6. In der Zwischenzeit den Backofen auf 240 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.
7. Nach der Reifezeit den Teig leicht mit Wasser besprühen und einschneiden.
8. Den Teigling auf der mittleren Schiene bei 240 °C (Ober-/Unterhitze) ca. 10 Minuten backen, danach die Temperatur auf 210 °C reduzieren und ca. 50 Minuten fertigbacken.
9. Das Brot vor dem Verzehr auf einem Gitter gut abkühlen lassen.

Wir wünschen Ihnen guten Appetit!

TIPPS & HINWEISE

zur Bake & Relax Mix Bio-Brot Backmischung

● Besonderheiten bei der Verwendung von glutenfreien Rohstoffen

Eine Herausforderung bei der Herstellung glutenfreier Brote ist das Fehlen des Glutens. Daher braucht es eine Auswahl verschiedener glutenfreier Rohstoffe für die Herstellung glutenfreier Brote. Dies macht die Zutatenliste deutlich umfangreicher. Sowohl die Auswahl als auch das Verhältnis jeder Zutat zueinander beeinflusst Teig- und Gebäckeeigenschaften. Ein Austausch der Rohstoffe oder eine Veränderung der Mengenverhältnisse kann daher zu unerwünschten Veränderungen der Gebäckqualität führen. Daher wird etwas mehr Fingerspitzengefühl bei der Verarbeitung glutenfreier Teige benötigt. Sie sind in der Regel etwas klebriger und ähneln eher Roggen- und Roggenmischbrotteigen.

● Backen mit Saaten und Körnern

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 Broten 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 glatter Oberfläche entsteht. Auf der anderen Seite entsteht eine Faltkante, der sogenannte Teigschluss. Dieser ist beim Backen in der Regel unten. Da einige Teige sehr dünnflüssig sind, kann eine Aufarbeitung somit wegfallen (s. Kennzeichnung in Rezepten). Um ein Kleben des glutenfreien Teiges während der Aufarbeitung

zu verhindern, kann ein glutenfreies Mehl (z.B. Reismehl) oder eine glutenfreie Stärke verwendet werden.

● Einschnelden des Teiglings

Zum Einschnelden ein scharfes Messer verwenden. Dieses in ein Gefäß mit Wasser tunken und anschließend schnell durch den Teig ziehen, damit dieser nicht so stark am Messer klebt.

● 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.