

## Gutes Brot selbst backen

# Teiglockerungsmittel – Gewürze - Backbehelfe

### I. Die Teiglockerungsmittel

Jedes Rezept birgt Fehlermöglichkeiten in sich, welche zu einem nicht unwesentlichen Teil im Teiglockerungsmittel liegen können. In unserem Land ist Germ wohl das bekannteste.

#### a) Die Germ oder Hefe

Beim Verbacken von Weizenbrotmehlen wird zumeist Germ als Teiglockerungsmittel verwendet. Ist sie frisch, so kann sie direkt in das vorgewärmte Mehl verbröselt werden. Da sich aber dann doch hin und wieder kleine Bröckelchen im fertigen Brot finden, ist es vorteilhafter, ein Dampfl zu machen.

**Die Herstellung des Dampfl:** Germ in eine hohe Tasse verbröseln, mit etwas Zucker glatt rühren, einen Löffel Mehl und einige Löffel der warmen Gussflüssigkeit zugeben und das Dampfl an einem angenehm warmen Ort gehen lassen.

#### b) Der Sauerteig

¼ Liter lauwarmes Wasser, 2 Esslöffel Milch, besser Sauermilch, 1 Teelöffel Kümmel gemahlen und etwas Roggenmehl mischen. In eine Steingutschüssel die Hälfte des lauwarmen Wassers geben und soviel Roggenmehl einrühren, dass ein sämiger Brei entsteht. Zum Schluss Sauermilch und Kümmel unterziehen. Dann wird der Teig direkt mit Pergamentpapier abgedeckt und mit einem Tuch zugehüllt. Bei ca. 30 Grad steht er drei Tage. Am vierten Tag werden ¼ l lauwarmes Wasser und 15 dag Roggenmehl mit dem Sauerteigansatz verrührt. Der Sauerteig wird nochmals abgedeckt und über Nacht stehen gelassen. Am nächsten Morgen ist er gebrauchsfertig.

Später kann man vom Brotteig einfach Teig in einem nur locker geschlossenen Sackerl im Brotmehl aufbewahren. Vor Gebrauch wird er mit etwas Flüssigkeit und Mehl angerührt und in angenehmer Wärme stehen gelassen. Essigsaurer Sauerteig darf nicht verwendet werden.

Heute kann man Sauerteig für den erstmaligen Verbrauch in Trockenform oder in Plastiksäckchen im Reformhaus kaufen. Dann, wie schon erwähnt, durch Aufbewahren eines kleinen Teigstückes selbst für Sauerteig sorgen.

#### Sauerteig und Germ gemischt

Für Mischbrote mit höherem Roggenanteil muss zur Hefe unbedingt Sauerteig verwendet werden. Hefe ist ein Schnellgeher und schließt bei der Gärung wohl den Weizen, die wertvollen Inhaltsstoffe des Roggens aber nur zu einem kleinen Teil auf.

Eine Verwendung von Sauerteig und Hefe vermindert auch den nicht immer als angenehm empfundenen säuerlichen Geschmack des Brotes. Die Beigabe von Sauerteig und Hefe fördert eine raschere Gärung und eine gleichmäßige Porung.

Wichtig ist dabei, erst den Sauerteigansatz zu machen; Sauerteig, gut lauwarmes Wasser, Mehl zu einem weichen Dampfl verrühren und gehen lassen. Bei der Teigmischung wird dann die Hefe beigefügt.

Da die Hefe ein Schnell-, der Sauerteig ein Langsamentwickler ist, würde er sich zu wenig entwickeln.

### c) **Backpulver**

Findet bei uns kaum Verwendung. Für englische Brötchen nimmt man gelegentlich Backpulver. Backpulver immer mit dem Mehl versieben und nie gleichzeitig mit der Gussflüssigkeit mischen. Sonst bekommt das Gebäck einen seifigen Geschmack.

## II. Die Brotgewürze

Für aromatische Brote dürfen die Gewürze nicht fehlen. Jedes Brot schmeckt leer, wenn das Salz fehlt. Probieren Sie doch einmal andere Salze wie Selleriesalz oder Knoblauchsatz bei Kräuterbroten.

Die klassischen Brotgewürze aber sind **Kümmel, Koriander, Anis** und **Fenchel**. Auch **Leinsamen, Mohn** und **Sesam** sind würzig.

### **Allgemeine Regeln:**

Helle Mehle: Milde Gewürze wie Anis, Sesam, Zimt, Kräuter.

Dunkle Mehle: Kräftige Gewürze wie Kümmel, Koriander, Brotklee, Gewürzmischungen.

Die Gewürze wirken intensiver, wenn sie vermahlen oder gestoßen sind.

## III. Backbehelfe

Dazu zählen der Brotbacktrog, Mess- oder Schüttgefäß, Backformen, Backbleche, Brotkörperl, auch Simperl genannt, Thermometer und die Brotschüssel.

### a) **Holzbacktrog**

Bei Sauerteigbroten eignet sich besonders gut ein Holzbacktrog, welcher nicht nach jedem Backvorgang gewaschen, sondern nur gut ausgeputzt wird. Dies fördert die Entwicklung des Sauerteiges besonders.

### b) **Mess- oder Schüttgefäße und das Thermometer**

ermöglichen ein genaues und sorgfältiges Arbeiten. Dies ist mit eine Voraussetzung für das Gelingen beim Backen.

### **c) Backformen und Bleche**

Die Backformen und Bleche finden sich in jeder Küche, denn es sind einfach unsere Kuchenformen. Kastenformen eignen sich besonders gut für Roggenbrote, Springformen für Weizenmehlgebäcke. Für Brötchen gibt es spezielle, ausgehöhlte Backformen.

### **d) Brotkörberl**

Für schön geformte Laibe und Wecken sind Brotkörberl, aus Stroh geflochten, unerlässlich. Sie geben dem Brot eine gerippte Oberfläche und erleichtern außerdem die Formung, da man diese Brote direkt aus dem Simperl auf die Brotschüssel aufsetzen kann. Brotkörberl sind besonders wertvoll, wenn man Brot verkauft, sie sichern gleich schön geformte Brote.

Verfasser: OSR Seraphine Putz (für telef. Rückfragen 03331/2720), HM Marianne Prantner, HM Ingrid Schmid.