

JUDITH ERDIN

DEIN BESTES BROT

BACKEN WIE EIN PROFI

atVERLAG



JUDITH ERDIN

DEIN BESTES BROT

BACKEN WIE EIN PROFI

Fotografiert von Markus Muoth und Judith Erdin

atVERLAG

INHALT

Für Markus,
der mich so selbstverständlich bei allem unterstützt,
was ich mir in den Kopf setze.

6	Rezeptübersicht
9	Vorwort
184	Umrechnungstabelle
186	Bäckerlatein
190	Die Autorin

THEORIE

12	Backwerkzeug
17	Zutaten
22	Kneten
24	Teiggare
27	Formen
30	Backen
32	Aufbewahrung

GRUNDREZEPTE

39	Baguette-Grundteig
49	Tessinerbrot-Grundteig
59	Focaccia-Grundteig
69	Kreuzbrot-Grundteig
79	Ruchbrot-Grundteig
89	Wurzelbrot-Grundteig
101	Vollkornbrot-Grundteig
109	Huusbrot-Grundteig
119	Roggenmischbrot-Grundteig
129	Dinkelvollkorn-Grundteig
139	Laugenbrötchen-Grundteig
149	Sonntagszopf-Grundteig
161	Weggli-Grundteig
171	Einback-Grundteig

© 2021
AT Verlag, Aarau und München
Lektorat: Nicola Härms, Rheinbach
Umschlagbild: Markus Muoth
Grafische Gestaltung, Satz und Bildbearbeitung: Judith Erdin
Illustrationen: Judith Erdin
Druck und Bindearbeiten: Graspö CZ, a. s.
Printed in Czechia

ISBN 978-3-03902-104-8

www.at-verlag.ch

Der AT Verlag wird vom Bundesamt für Kultur für die Jahre 2021–2024 unterstützt.

REZEPTÜBERSICHT



Wildes Baguette
40



Knusperbrötchen
45



Fougasse
46



Tessinerbrot
50



Mohnhörnchen
55



Grissini
56



Rosmarin-Focaccia
60



Tomaten-Kräuter-Focaccia
63



Zwiebel-Focaccia
64



Waadtländer Kreuzbrot
70



Oliven-Wurzelbrot
75



Sandwich-Brötchen
76



Rustikales Ruchbrot
80



Doppelbrötchen
83



Mohnbrötchen
86



Wurzelbrot mit Kernen
90



Tomaten-Wurzelbrot
95



Kümmelbrötchen
96



Vollkornbrot
102



Kernebrot
105



Nussbrot
106



Hausbrot
110



Vollkornkranz
113



Safranbrötchen
116



Roggenmischbrot
120



Roggenbrötchen
123



Aprikosen-Baumnuss-Ring
126



Dinkel-Vollkorntoast
130



Sesam-Dinkelzöpfchen
133



Pausenbrötchen
136



Laugenbrötchen
140



Laugenbrezel
143



Laugen-Tessinerbrot
146



Sonntagszopf
155



Lauch-Käse-Zopf
156



Laugen-Speck-Zopf
159



Schweizer Weggli
162



Milchbrot
167



Schokolade-Weggen
168



Einback
172



Hamburgerbrötchen
175



Streusels Taillaule
178



VORWORT

Hast du dich auch schon gefragt, warum dein selbst gebackenes Brot nicht so wird wie das vom Lieblingsbäcker? Warum die Krume nicht ganz so luftig, die Kruste nicht so knusprig und die Optik nicht ganz so hübsch wird? Vielleicht hast du dich deswegen auch schon mal geärgert?

Falls ja, dann geht es dir wie mir vor einigen Jahren. Nachdem ich meinen Beruf als Bäckerin-Konditorin an den Nagel hängen musste, konnte ich das Backen natürlich trotzdem nicht ganz lassen. Denn was gibt es Besseres als ein frisches, selbst gebackenes Brot zum Frühstück? Schnell musste ich aber feststellen, dass Brot zu Hause zu backen nicht ganz dasselbe ist, wie Brot in der Bäckerei zu backen. Viel kleinere Teigmengen, eine weniger leistungsfähige Knetmaschine und ein komplett anderer Backofen verändern das Endprodukt auf eine Weise, die sich deutlich bemerkbar macht.

Meine anfänglichen Resultate beeindruckten weder mich noch meinen Partner, der irgendwann meinte: «Das schmeckt schon gut. Aber wir können das Brot auch beim Bäcker kaufen.» Für mich als gelernte Fachfrau und Perfektionistin ein nicht hinnehmbares Feedback und gleichzeitig Ansporn, mich tiefer in die Materie hineinzuknien. Ich testete unterschiedliche Backmethoden, suchte einfache Tricks, um den heimischen Ofen optimal zu nutzen, und feilte immer und immer wieder an meinen Rezepturen. So lange, bis ich mit meinem selbst gebackenen Brot endlich zufrieden war.

Damit auch du in Zukunft mit deinem Brot zufrieden bist, findest du in diesem Buch detailliert beschriebene Rezepte für schmackhafte Brote und mein bisher gesammeltes Wissen rund ums Backen zu Hause. Das Praktische an den Rezepten: Aus einem Grundteig können jeweils gleich drei unterschiedliche Brote oder Brötchen gebacken werden. Was viele nämlich nicht wissen: In der Bäckerei können aus ein und demselben Teig jeweils ganz unterschiedliche Backwaren entstehen. Denn nicht nur die Rezeptur allein, sondern auch Form, Backtemperatur und Backdauer beeinflussen die Krusten- und Krumenbeschaffenheit und damit den Geschmack des Endprodukts.

Neben den Rezepten empfehle ich, unbedingt auch den Theorieteil genauer zu lesen. Denn dort verstecken sich zusätzliche wertvolle Informationen, wie du dein Brot noch ein Stück besser machen kannst. Falls das Resultat doch mal nicht ganz zu deiner Zufriedenheit aus dem Ofen kommen sollte, die Brötchen nicht ganz so gleichmässig geformt sind, die Kruste nicht so schön aufgerissen ist wie auf dem Rezeptbild, dann bedenke Folgendes: Hinter jeder einzelnen Fotografie in diesem Buch stecken drei Jahre Lehrzeit, fünfzehn Jahre Erfahrung und jeweils einige Stunden präzises Zubereiten, Backen und hübsch Anrichten. Und das Wichtigste an deinem selbst gebackenen Brot ist nicht seine Social-Media-Tauglichkeit, sondern dass es dir schmeckt.

Ich wünsche dir viel Freude und Erfolg beim Nachbacken.

Knusprige Grüsse

BACKWERKZEUG

Für das Brotbacken gibt es zahlreiche Utensilien, die uns die Arbeit erleichtern und uns helfen, noch schönere Gebäcke aus dem Ofen zu zaubern. Viele dieser «Helfer» sind praktisch, wenige davon sind tatsächlich unbedingt nötig. Damit du die Rezepte in diesem Buch problemlos nachbacken und zu Hause Brot wie vom Bäcker geniessen kannst, empfehle ich dir folgende Grundausrüstung, die oft sogar bereits zu Hause vorhanden ist.

WAAGE (A)

Da alle Zutaten in den Rezepten dieses Buches – auch die Flüssigkeiten – in Gramm abgemessen werden, braucht es eine Küchenwaage. Ich selbst verwende für grössere Mengen eine normale Digitalwaage (auf zwei bis fünf Gramm genau). Optional kann für kleinere Mengen eine Feinwaage zu Hilfe genommen werden. Wer sich keine solche anschaffen möchte, findet in der Umrechnungstabelle am Ende des Buches Angaben zur Umrechnung der Zutaten in gängige Back-Masseinheiten.

TEIGKARTE (TEIGHORN) (B)

Eine Teigkarte ist nicht unbedingt nötig, hilft aber dabei, den Teig sauber aus der Schüssel zu heben und zu portionieren. Sie ist aus lebensmittelechtem Plastik und für wenig Geld in Onlineshops für Bäckereizubehör erhältlich. Die Teigkarte wird mit der Hand an der geraden Seite festgehalten und geführt. So kann mit der abgerundeten Seite der Teig bearbeitet werden. Für mich ist die Teigkarte beim Brotbacken wie eine Verlängerung meiner Hand und darum kaum mehr wegzudenken.

STOFFTUCH (C)

Nach dem Formen der Teiglinge können diese auf einem bemehlten Stofftuch zur Stückgare abgesetzt werden. Das Stofftuch stabilisiert die Umgebungstemperatur und Luftfeuchtigkeit, wodurch für die Teiggärung optimale Bedingungen geschaffen werden. Als Tuch dient entweder ein normales, gut bemehltes Geschirrtuch oder – noch etwas besser – ein gut

bemehltes Leinentuch (Bäckerleinen). Wer ein richtiges Bäckerleinen besitzt und regelmässig backt, muss das Tuch auch nicht nach jedem Gebrauch waschen. Es reicht, wenn es vom Mehl befreit und bis zum nächsten Gebrauch trocken gelagert wird.

TEIGSCHÜSSEL (D)

Beim Kneten von Hand werden die Zutaten zu Beginn in einer Schüssel gemischt. Ob Chromstahl-, Keramik- oder Glasschüssel spielt keine Rolle. Schüsseln aus Plastik lassen sich besonders gut von Teigresten befreien, haben aber eine kürzere Lebensdauer und sind darum weniger gut für die Umwelt. Für Teige aus 500 Gramm Mehl sollte die Schüssel ein Fassungsvermögen von etwa 3 Litern haben.

PLASTIKBEUTEL (D)

Während des Aufgehens bei der Stock- und Stückgare muss der Teig zugedeckt werden. Sonst trocknet die Oberfläche aus. Zum Zudecken kann entweder ein feuchtes Geschirrtuch oder ein Plastikbeutel (5 Liter Inhalt) benutzt werden, der an der kurzen Seite und einer der langen Seiten aufgeschnitten wird; so erhält man eine perfekt grosse Fläche. Durch Abdecken mit dem Plastik erzielt man grundsätzlich bessere Resultate bei der Teiggärung als mit dem Geschirrtuch. Da ich Plastikabfall im Alltag so weit wie möglich vermeide, aber trotzdem ein tolles Resultat erreichen möchte, wische ich das Plastik nach der Verwendung mit einem feuchten Lappen sauber, sodass ich es über Wochen hinweg wiederverwenden kann.

BACKPAPIER

Ich verwende für meine Rezepte handelsübliches, ungebleichtes Backpapier. Dieses kann grundsätzlich mehrfach verwendet werden, solange es sich nicht dunkel verfärbt und dadurch brüchig wird. In diesem Fall darf es guten Gewissens entsorgt werden. Es gibt auch ungebleichtes Backpapier, das kompostierbar ist.





BACKBLECH

Das Backblech erfüllt in diesem Buch mehrere Zwecke. Zum einen kann Brot oder Zopf nach dem Formen zur Stückgare darauf abgesetzt und später darauf direkt in den Ofen geschoben und gebacken werden. Zum anderen kann das Backblech den Brotbackstein ersetzen und wird zu diesem Zweck bereits beim Vorheizen des Backofens mit vorgeheizt, sodass das Brot nach der Stückgare auf das bereits heiße Backblech geschoben und gebacken werden kann. Welche Variante gewählt werden soll, steht in den jeweiligen Rezepten.

SPRÜHFLASCHE (E)

Damit das Brot im Ofen besser aufgeht und knuspriger wird, verfügt der Profibackofen in der Bäckerei über eine Dampffunktion. Da die meisten Haushaltsbacköfen nicht damit ausgestattet sind, schafft eine ganz einfache Sprühflasche – wie sie für das Besprühen von Zimmerpflanzen verwendet wird – Abhilfe. Beim Einschieben des Teiglings in den Ofen wird dann einfach durch den Spalt der nur noch wenig geöffneten Ofentür etwas Wasser hinterhergesprüht und die Ofentür anschliessend schnell geschlossen. Gewisse Backöfen bieten die Funktion «Profi-Backen», bei welcher der Ofen vorgibt, wann Dampf abgegeben wird. Wer mit dem Endresultat bei Verwendung dieser Funktion zufrieden ist, kann dieses Programm nutzen. Ich persönlich möchte lieber selbst entscheiden, wann die Teiglinge bedampft werden und wann der Dampf wieder abgelassen wird. Eine weitere Möglichkeit zum Erzeugen von Dampf bietet eine feuerfeste Schale mit heissem Wasser, die gleichzeitig mit dem Brot in den Ofen gestellt wird. Bei den meisten Rezepten ist jedoch nicht bis zum Ende der Backzeit Dampf erwünscht, und die mit kochend heisser Flüssigkeit gefüllte Schale muss dann wieder aus dem Ofen geholt werden. Da ich mir dabei schon ein paarmal fast die Finger verbrüht habe, bevorzuge ich die gefahrlose Sprühflaschen-Methode.

GUSSEISENTOPF (F)

Neben dem Brotbackstein ist ein Gusseisentopf ein weiteres tolles Hilfsmittel, um selbst gebackenem Brot zu einer knusprigeren Kruste und einer luftigeren Krume zu verhelfen. Dank des Topfdeckels bleibt

die Feuchtigkeit des Brotes im Topf, wodurch das zusätzliche Bedampfen mit Wasser entfällt. Der Nachteil des Gusseisentopfs ist, dass er die Anzahl zu backender Brote sowie deren Form stark einschränkt. Am besten eignen sich Rezepte, die für lediglich ein einzelnes rundes Brot konzipiert sind.

BACKFORM (G)

Kastenbrote, wie zum Beispiel Toastbrot, können in einer ganz normalen Cake-Backform aus antihafbeschichtetem Stahl gebacken werden. Für die Rezepte in diesem Buch werden meist zwei Formen mit einer Länge von 20 cm verwendet. Besonders praktisch sind Cake-Backformen, die in der Länge verstellbar sind.

BROTBACKSTEIN (H)

Damit ein Brot richtig knusprig wird, empfehle ich, mit einem Brotbackstein zu arbeiten. Das ist eigentlich nichts anderes als eine Platte aus Schamottstein, Cordierit oder Speckstein, die bereits beim Vorheizen in den Ofen gelegt wird. Das Brot wird anschliessend mithilfe eines Teigschiebers direkt auf den heissen Brotbackstein geschoben – ohne Blech und meist auch ohne Backpapier. Als Ersatz für den Brotbackstein kann ein umgedrehtes ebenfalls vorgeheiztes Backblech dienen – das Resultat wird damit ähnlich gut.

TEIGSCHIEBER (BACKSCHÜSSEL) (H)

Um Teiglinge, die direkt auf dem Brotbackstein gebacken werden, von der Arbeitsfläche in den Ofen zu befördern, wird ein sogenannter Teigschieber (auch Backschüssel genannt) benötigt. Dabei handelt es sich um ein dünnes Holzbrett mit Griff, wie man es auch vom Pizzabäcker kennt. Einen Teigschieber bekommt man entweder in Onlineshops für Backzubehör, oder man verwendet dafür ein einfaches, dünnes Schneidbrett aus Holz. Von Plastikschneidbrettern rate ich ab, da das Material in Berührung mit dem heissen Brotbackstein schmilzt.

RUNDES BROT FORMEN



LÄNGLICHES BROT FORMEN



WILDES BAGUETTE

BAGUETTE-GRUNDTEIG

- 1 Den Teig nach Anleitung des Baguette-Grundteigs (Seite 39) zubereiten.
- 2 Den Teig anschliessend zugedeckt in der Rührschüssel der Küchenmaschine 2 ½ Stunden bei Raumtemperatur ruhen lassen. Nach 45 Minuten das erste Mal und nach insgesamt 1 ½ Stunden das zweite Mal dehnen und falten (Seite 24).
- 3 Den Brotbackstein oder alternativ ein umgedrehtes Backblech auf der untersten Schiene des Backofens einschieben und den Backofen auf 240 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.
- 4 Den Teig in drei Stücke teilen (ca. 285 g pro Stück) und behutsam zu länglichen Baguettes formen. Dazu die Arbeitsfläche etwas bemehlen (A), längs die obere Hälfte des Teiglings zur Mitte nach unten klappen und leicht andrücken (B). Dann bis ganz nach unten klappen und leicht andrücken (C). Die Teiglinge auf Backpapierlänge ausrollen (D), grosszügig mit Mehl bestäuben und mit Schluss nach unten auf ein ebenfalls gut bemehltes Leinentuch absetzen. Das Leinentuch zwischen den Teiglingen etwas hochziehen (E). Die Teiglinge zugedeckt 15 Minuten bei Raumtemperatur ruhen lassen.
- 5 Die Teiglinge mit Schluss nach oben vorsichtig auf ein Backpapier kippen, viermal mit einem Messer einschneiden und mithilfe eines Teigschiebers in den heissen Ofen direkt auf den Brotbackstein oder das Backblech schieben (mitsamt Backpapier). Bei spaltbreit geöffneter Ofentür grosszügig warmes Wasser in den Ofen sprühen, die Tür sofort schliessen und die Teiglinge 10 Minuten backen.
- 6 Die Ofentür 2 Sekunden öffnen, damit der Dampf entweichen kann, und die Brote weitere 15-18 Minuten fertig backen.
- 7 Die Baguettes nach dem Backen auf einem Holzbrett oder Kuchengitter auskühlen lassen.

ERGIBT

3 mittelgrosse Brote

STÜCKGEWICHT

roh: 285 g

gebacken: 220 g

TEIGRUHEZEIT

Stockgare: 2 ½ Std.

Stückgare: 15 Min.

BACKEN

Temperatur: 240 Grad

Betriebsart: Ober- und Unterhitze

Position: unterste Schiene

Backform: Brotbackstein und

Backpapier

Backdauer: 25-28 Min.

TIPP

- Beim Einschneiden der Teiglinge die Messerklinge leicht schräg, in einem Winkel von etwa 45 Grad, halten.

Bilder zur Anleitung siehe Seite 42





DOPPELBRÖTCHEN

RUCHBROT-GRUNDEIG

- 1 Den Teig nach Anleitung des Ruchbrot-Grundteigs (Seite 79) zubereiten.
- 2 Den Teig anschliessend zugedeckt in der Rührschüssel der Küchenmaschine 1 Stunde bei Raumtemperatur ruhen lassen.
- 3 Den Brotbackstein oder alternativ ein umgedrehtes Backblech auf der untersten Schiene des Backofens einschieben und den Backofen auf 240 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.
- 4 Den Teig in zehn Stücke teilen (ca. 90 g pro Stück), zu runden Brötchen formen und auf ein gut bemehltes Leinentuch absetzen. Die Teiglinge zugedeckt 25 Minuten bei Raumtemperatur ruhen lassen.
- 5 Die Teiglinge behutsam, immer zu zweien nebeneinander, auf ein Backpapier absetzen, sodass sie sich seitlich berühren, die Oberfläche mit etwas Wasser bestreichen (A) und mit einem scharfen Messer einschneiden (B). Die Teiglinge mithilfe des Teigschiebers in den heissen Ofen direkt auf den Brotbackstein oder das Backblech schieben (mitsamt Backpapier) und 10 Minuten backen.
- 6 Die Ofentür 2 Sekunden öffnen, damit der Dampf entweichen kann, und die Teiglinge weitere etwa 10 Minuten fertig backen.
- 7 Die Brötchen direkt nach dem Backen nochmals mit Wasser besprühen und auf einem Holzbrett oder Kuchengitter auskühlen lassen.

TIPP

- › Durch das Besprühen mit Wasser nach dem Backen erhält die Gebäckoberfläche mehr Glanz.

ERGIBT

5 kleine Brötchen

STÜCKGEWICHT

roh: 180 g

gebacken: 140 g

TEIGRUHEZEIT

Vorteig-Ruhe: 22-23 Std.

Stockgare: 1 Std.

Stückgare: 25 Min.

BACKEN

Temperatur: 240 Grad

Betriebsart: Ober- und Unterhitze

Position: unterste Schiene

Backform: Brotbackstein und
Backpapier

Backdauer: 20 Min.

Bilder zur Anleitung siehe Seite 84



SESAM-DINKELZÖPFCHEN

DINKELVOLLKORN-GRUNDEIG

DEKORATION

55 g Sesam

ERGIBT

8 kleine Brötchen

STÜCKGEWICHT

roh: 110 g

gebacken: 100 g

TEIGRUHEZEIT

Kochstück-Ruhe: 2-24 Std.

Stockgare: 3 Std.

Stückgare: 30 Min.

BACKEN

Temperatur: 240 Grad

Betriebsart: Ober- und Unterhitze

Position: unterste Schiene

Backform: Brotbackstein und

Backpapier

Backdauer: 17 Min.

- 1 Den Teig nach Anleitung des Dinkelvollkorn-Grundteigs (Seite 129) zubereiten.
- 2 Den Teig anschliessend zugedeckt in der Rührschüssel der Küchenmaschine 3 Stunden bei Raumtemperatur ruhen lassen. Nach 1 Stunde das erste Mal und nach insgesamt 2 Stunden das zweite Mal dehnen und falten (Seite 24).
- 3 Den Brotbackstein oder alternativ ein umgedrehtes Backblech auf der untersten Schiene des Backofens einschieben und den Backofen auf 240 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.
- 4 Den Teig in acht Stücke teilen (ca. 110 g pro Stück), zu etwa 45 cm langen Strängen formen, grosszügig mit Mehl bestäuben und Zöpfchen daraus formen (**A** bis **F**). Die Oberseite der Teiglinge mit etwas Wasser bestreichen, in den Sesam tunken (**G**) und auf ein Backpapier absetzen. Die Teiglinge zugedeckt 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.
- 5 Die Teiglinge mithilfe eines Teigschiebers in den heissen Ofen direkt auf den Brotbackstein oder das Backblech schieben (mitsamt Backpapier). Bei spaltbreit geöffneter Ofentür grosszügig warmes Wasser in den Ofen sprühen, die Tür sofort schliessen und die Teiglinge etwa 17 Minuten backen.
- 6 Die Brötchen nach dem Backen auf einem Holzbrett oder Kuchengitter auskühlen lassen.

TIPP

- › Falls im Kühlschrank kein Platz vorhanden ist, die Teiglinge nur 15 Minuten bei Raumtemperatur ruhen lassen. Die Ruhezeit im Kühlschrank sorgt dafür, dass die Zöpfchen beim Backen zwischen den Strängen noch etwas schöner aufreissen.

Bilder zur Anleitung siehe Seite 134-135



LAUGENBREZEL

LAUGENBRÖTCHEN-GRUNDTEIG

NATRONLAUGE

1000 g Wasser
50 g Natron

DEKORATION

5 g grobkörniges Meersalz

ERGIBT

7 kleine Brezeln

STÜCKGEWICHT

roh: 125 g
gebacken: 100 g

TEIGRUHEZEIT

Stockgare: 30 Min.
Stückgare: 45 Min.

BACKEN

Temperatur: 180 Grad
Betriebsart: Umluft
Position: unterste und
zweitoberste Schiene
Backform: 2 Backbleche
(43 × 34 cm)
Backdauer: 16 Min.

- 1 Den Teig nach Anleitung des Laugenbrötchen-Grundteigs (Seite 139) zubereiten.
- 2 Den Teig anschliessend zugedeckt in der Rührschüssel der Küchenmaschine 30 Minuten bei Raumtemperatur ruhen lassen.
- 3 Den Teig in sieben Stücke teilen (ca. 125 g pro Stück), diese zu etwa 75 cm langen Strängen ausrollen, die Stränge leicht mit Mehl bestäuben und zu Brezeln formen (A bis E). Die Teiglinge auf zwei mit Backpapier belegte Bleche absetzen und zugedeckt 15 Minuten bei Raumtemperatur ruhen lassen.
- 4 Die Teiglinge anschliessend zugedeckt 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.
- 5 Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.
- 6 Für die Natronlauge das Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Sobald es kocht, den Topf von der Herdplatte ziehen, das Natron dazugeben, umrühren, bis es sich komplett aufgelöst hat, und leicht abkühlen lassen.
- 7 Die Teiglinge einzeln 20 Sekunden in die Natronlauge tunken. Anschliessend auf zwei mit Backpapier belegte Bleche absetzen. Sobald alle Teiglinge auf dem Blech sind, diese nochmals kurz mit Laugenwasser bepinseln, mit einem scharfen Messer unten einmal einschneiden und mit grobkörnigem Meersalz bestreuen. Die beiden Bleche auf der untersten und der zweitobersten Schiene in den heissen Ofen einschieben und 10 Minuten backen.
- 8 Das obere gegen das untere Blech tauschen, bei spaltbreit geöffneter Ofentür grosszügig warmes Wasser in den Ofen sprühen, die Tür sofort schliessen und die Teiglinge weitere etwa 6 Minuten fertig backen.
- 9 Die Brezeln nach dem Backen auf einem Holzbrett oder Kuchengitter auskühlen lassen.

TIPPS

- › Das Ausrollen der Teiglinge geht einfacher, wenn man sie in mehreren Schritten ausrollt. Dazu beginnt man beim ersten Teigling, rollt ihn so weit aus, bis man merkt, dass die Elastizität nachlässt. Dann legt man ihn zur Seite und rollt den nächsten bis zum Nachlassen der Elastizität aus. Sind alle Teiglinge so weit ausgerollt, geht es an die nächste Runde - bis alle Teigstränge die nötige Länge aufweisen.
- › Die Ruhezeit der Teiglinge im Kühlschrank bewirkt, dass der Teig etwas fester wird und sich anschliessend einfacher in die Lauge tunken lässt.
- › Zum Tunken der Teiglinge in die Lauge siehe Tipp auf Seite 140.

Bilder zur Anleitung siehe Seite 144

LAUGENBREZEL FORMEN



LAUGEN-TESSINERBROT FORMEN



UMRECHNUNG VON GRAMM IN GÄNGIGE MASSEINHEITEN

Wer keine Feinwaage besitzt oder wenn gerade dann, wenn man backen möchte, die Küchenwaage nicht mehr funktioniert, findet man hier eine Übersicht für alternative Masseinheiten. Dabei ist immer zu bedenken: Das Rezept wird besser gelingen, wenn die Zutaten genau abgewogen werden, daher ist der Küchenwaage immer Vorrang zu geben.

GRAMM-ABWIEGE-TRICK

Wenn die Waage nicht auf 1 Gramm genau misst, können 2 Gramm abgewogen und die Menge dann optisch durch 2 geteilt werden. Beispiel: Du brauchst 1 Gramm Hefe, dann wiegst du 2 Gramm Hefe ab, teilst die abgewogene Menge nach Augenmass durch 2 und erhältst so die gewünschte 1-Gramm-Menge.

	1 TL gestrichen	1 TL gehäuft	1 EL gestrichen	1 EL gehäuft	1 STÜCK	1 DL (100 ml)	1 MSP.
Ahornsirup	5,5g	-	16,5g	-	-	-	-
Baumnüsse	-	5,5g	-	15g	4,5g	-	-
Cashews	-	9g	-	19g	2g	-	-
Cherrytomaten	-	-	-	-	17g	-	-
Ei ohne Schale (Grösse 53+)	-	-	-	-	50g	-	-
Ei ohne Schale (Grösse 63+)	-	-	-	-	60g	-	-
Eigelb (Grösse 53+)	-	-	-	-	15g	-	-
Eigelb (Grösse 63+)	-	-	-	-	20g	-	-
Eiweiss (Grösse 53+)	-	-	-	-	35g	-	-
Eiweiss (Grösse 63+)	-	-	-	-	40g	-	-
Frischhefe	5g	10g	12g	24g	-	-	-
Haselnüsse	-	7,5g	-	17g	1,3g	-	-
Honig fest	6,5g	14g	15g	35g	-	-	-
Honig flüssig	5,5g	-	12,5g	-	-	-	-
Kräuter getrocknet	0,5g	1g	2g	3,5g	-	-	-
Kürbiskerne	2g	5g	6,5g	15g	-	-	-
Leinsamen	1,5g	3,5g	4,5g	10g	-	-	-
Malzextrakt Pulver	1,5g	3g	4,5g	9g	-	-	-
Mandeln	-	5,5g	-	17g	1,2g	-	-
Mehl	2g	6g	7g	20g	-	-	-
Milch	4g	-	14g	-	-	107g	-

	1 TL gestrichen	1 TL gehäuft	1 EL gestrichen	1 EL gehäuft	1 STÜCK	1 DL (100 ml)	1 MSP.
Mohnsamen	2g	4,5g	7g	13g	-	-	-
Öl	3g	-	8g	-	-	44g	-
Oliven entsteint	-	8g	-	16g	2g	-	-
Orangeat/ Zitronat	-	9g	-	19g	-	-	-
Rosmarin frisch, Nadeln abgezupft	-	1,5g	-	2,5g	3g*	-	-
Safran gemahlen	-	-	-	-	0,1g**	-	0,05g
Salz feinkörnig	4g	8g	13g	24g	-	-	0,2g
Salz grobkörnig	4,5g	10g	14g	30g	-	-	0,4g
Sesam	2,5g	5g	7,5g	14g	-	-	-
Sonnenblumenkerne	2,5g	5g	7,5g	14g	-	-	-
Trockenhefe	2,5g	5g	8g	14,5g	-	-	-
Wasser	3,5g	-	12g	-	-	100g	-
Zitronensaft	4g	-	11g	-	55g	105g	-
Zitronenschale	2,5g	3,5g	7g	9g	3g	-	-
Zucker	3,5g	6g	10g	16g	-	-	0,1g
Zwiebel geschält, geschnitten	-	5g	-	15g	100g	-	-

*1 Zweiglein **1 Briefchen

