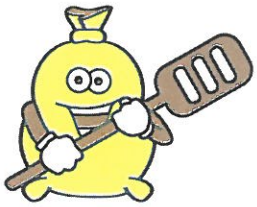

Die Mehlkiste

... hat alles was Sie zum Backen brauchen.

Rezept des Monats

Februar 2008

Siebenkornbrot

Zutaten:

1	Würfel	frische Hefe
1	TL	Zucker
250	ml	lauwarmes Wasser
60	g	Grünkernschrot
60	g	Sesam geschält
1	EL	Grünkern (ganze Körner)
125	g	Weizenmehl Type 550
125	g	Roggenmehl Type 1150
60	g	kernige Haferflocken
60	g	Buchweizenmehl
60	g	Leinsamenschrot
2	TL	Salz (knapp gestrichene TL)

1. Hefe, Zucker und ein wenig von dem lauwarmen Wasser in einer Schüssel vermischen und ca. 15 Minuten stehen lassen oder bis die Hefe kleine Blasen wirft.

2. Stellen Sie ein wenig Grünkern und Sesam zum späteren Bestreuen beiseite.

3. Die restlichen Zutaten, bis auf das Salz und das Wasser, in eine Schüssel geben und sorgfältig durchmischen. Anschließend das Salz, die gegangene Hefemischung (Schritt 1) und das übrige Wasser hinzufügen und alles mit dem Handrührgerät mit Knethaken erst auf niedriger, dann auf höchster Stufe 5 Minuten zu einem Teig verarbeiten. Den Teig im Anschluss an einem warmen Ort gehen lassen bis sich das Volumen sichtbar vergrößert hat.

4. Jetzt den Teig nochmals gut durchkneten und zu einem Brotlaib formen, auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und wiederum zugedeckt an einem warmen Ort gehen lassen bis sich das Volumen sichtbar vergrößert.

5. Anschließend den Teigling mit Wasser bestreichen und mit dem beiseite gestelltem Grünkern und dem Sesam bestreuen.

6. Backen Sie das Brot bei ca. 200°C (Elektroherd)/180°C (Umluftherd) ungefähr 65 Minuten. Nach der Backzeit das Brot mit dem Backpapier vom Blech auf ein Kuchengitter ziehen und auskühlen lassen.

Öffnungszeiten:

Montag – Freitag 15:00 – 18:00 Uhr
Zusätzlich Mittwoch 9:30 – 12:30 Uhr
Samstag 9:00 – 12:00 Uhr

Brückenstr. 2 – 6, 41516 Grevenbroich
Tel.: 02181/2279-0 Fax: 02181/2279-40
www.muehle-kottmann.de