

Rezepte

Kastenbrot

Dieses Kastenbrot ist quasi mein Standard- Brot, welches ich wöchentlich in Abwandlung backe. Es ist völlig stressfrei zu backen und bringt Abwechslung auf den Tisch, da man es beliebig mit Körnern versehen oder oben drauf noch bestreusen kann.

Ich backe das Brot in einer 20cm Kastenform und stelle diese zusätzlich in einen geschlossenen Gänsebräter zum Backen.

Dadurch ist genug Feuchtigkeit zum Backen vorhanden und man braucht keine Wasserschüssel.

Zutaten:

- 400g Mehl in freier Auswahl und Mischung
(Weizen 550er, Dinkel 630er, oder Vollkorn oder maximal 100g Roggenmehl- Anteil)
- 10g Salz
- 330 ml Wasser
- 10g Hefe
- 1/4 Teelöffel Ascorbinsäure oder Zitronensäure (falls man hat- nicht zwingend)
- 1 Teelöffel Gerstenmalzextrakt (falls man hat- nicht zwingend)
- Körner (wenn man will)

Die Mehle und das Salz (mit den zusätzlichen Zutaten) in einer Schüssel mit einer Gabel ordentlich durchmischen.

Die Hefe mit dem Wasser vermischen und kurz stehen lassen.

Hefe- Wasser- Gemisch zum Teig geben und mit der Gabel gut verrühren (ergibt Matschepampe).

Die Schüssel gut abdecken und 15- 18 Stunden kühl stellen.

Die blubbrige Teigmasse in eine gut gefettete 20 cm Kastenform gleiten lassen und dabei etwas falten (ergibt schöne Kruste).

Die Form in den Bräter stellen, ca. 1/2 Stunde ruhen lassen und dann wie folgt backen:

- bei 250-270°C 10 Minuten anbacken (was der Herd hergibt)
- Temperatur auf 210°C drehen und weitere 30 Minuten backen
- Deckel vom Bräter nehmen und bei 210°C 20 Minuten braun werden lassen

