

## Brot ohne Kneten ♥ No kneed bread ...genial einfach und sehr aromatisch



### Rezept für 1 Brot

Du stellst den Teig am Vorabend her:

- 380 g Ruchmehl oder Weizenmehl Type 1050
- 70 g Weizenvollkornmehl
- 50 g Roggenmehl Type 997
- 350 ml-380 ml lauwarmes Wasser (je nach Mehlverhältnis)
- 12 g Salz
- 1 g frische Hefe

---

Heize Deinen Backofen mit Backblech auf 250° Ober/Unterhitze vor ♦ Später fallend auf 210°

Wenn Du einen [\\*Brotbackstein](#) hast, wird er im Backofen auf dem Gitterrost **1 Stunde lang** auf der untersten Schiene mit aufgeheizt. Stelle außerdem eine feuerfeste Schale auf den Boden des Backofens.

---

1. Gib die Hälfte des Wassers in jeweils eine kleine Schüssel. In der einen Schüssel löst Du die Hefe auf, in der zweiten Schüssel löst Du das Salz auf. So kann sie alles besser miteinander verbinden
2. Gib das Mehl in Deine Backschüssel und füge nun das Hefewasser, das Salzwasser und das restliche Wasser hinzu
3. Mit Deinen Händen vermischt Du nun alles, bis keine Mehltreue oder Klümpchen zu sehen sind
4. Streiche eine zweite Schüssel leicht mit Öl ein und lege den Teig hinein
5. Decke die Schüssel mit Klarsichtfolie ab und lasse sie nun 12 Stunden bei Zimmertemperatur stehen
6. Nach einer Stunde faltest Du den Teig einmal rundherum um ihm Stabilität zu geben. Dazu feuchtest Du Dir am besten die Fingerspitzen an und ziehst den Teig an einer Seite hoch und klappst ihn auf der gegenüberliegenden Seite der Schüssel wieder zu. Das machst einmal rundherum und deckst die Schüssel wieder ab. Du wirst sehen, aus dem Teigklumpen entwickelt sich ein schöner Teig! Das gleiche machst Du während der 12 Stunden Gehzeit noch 2mal. Das kann auch am nächsten Morgen geschehen. Nachts aufstehen musst Du deswegen nicht 😊
7. Nach den 12 Stunden Gehzeit bestäubst Du Deinen länglichen Gärkorb mit Mehl. Wenn Du kein Gärkörbchen hast, nimm eine Schüssel, die Du mit einem Geschirrhandtuch auslegst und dieses mit Mehl bestäubst
8. Nimm den Teig in die Hände, forme ihn etwas und ziehe ihn nun mit einer Seite über Dein Backbrett oder Deine Arbeitsfläche. Gerade so, als würdest Du etwas wegwischen wollen. Das machst Du einige Male, damit der Teig eine glatte Oberfläche bekommt.
9. Forme den Teig nun etwas länglich und drücke ihn etwas flach und drehe ihn dann um. Jetzt gibst Du noch etwas Mehl auf den Teig und drückst ihn in der Mitte mit Deiner Handkante etwas ein
10. Klappe den Teig nun von einer Hälfte auf die andere und lege den Teigling mit dem Schluss nach unten in Dein bemehltes Gärkörbchen und lass' ihn nochmal für etwas 30 bis 40 Min. stehen
11. Den Teigling nun auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backbrett kippen. Der Schluss ist nun oben! Das Brot mit dem Backpapier auf das Backblech oder den Brotbackstein heben und **mit Dampf** 20 Min. bei 250 °C backen. Dann die Ofentür öffnen, um den Dampf abzulassen und noch 25 Min. bei 210 °C fertig backen. Das fertige Brot sollte eine schöne dunkle Kruste haben und klingt hohl, wenn man auf den Boden klopft! Dann auf einem Gitter abkühlen lassen!

---

## Teig falten und dehnen

Dazu feuchtest Du Dir am besten die Fingerspitzen an und ziehst den Teig an einer Seite hoch und klappst ihn auf der gegenüberliegenden Seite der Schüssel wieder zu. Das machst einmal rundherum und deckst die Schüssel wieder ab.

## Mit Dampf backen

Ich stelle eine feuerfeste Schale in den Ofen. Diese Schale wird mit vorgeheizt. Direkt, wenn ich mein Brot in den Ofen gebe, gebe ich ca. 50 ml Wasser hinein! Vorsicht, es entsteht sehr heißer Dampf! Aufpassen wegen Verbrennungsgefahr! Die Ofentür sofort schließen, damit sich Schwaden bilden kann. So bäckt das Brot für 20 Min. Nach dieser Zeit die Ofentür öffnen, um Dampf abzulassen und die Brote knusprig ausbacken

♥ Ich wünsche "Gutes Gelingen" und "Guten Appetit" ♥

Mehr Rezeptideen auf [www.mjpics.de](http://www.mjpics.de)