



### LECKERE FACTS

In der Ruhe liegt die Kraft!  
Das frischgebackene, super-  
leckere Brot braucht  
etwas Zeit, lohnt aber die  
Mühe. Versprochen!





### LECKERE FACTS

Der Malzextrakt in diesem Brot verleiht ihm einen kräftigen Geschmack und eine schöne braune Kruste. Nicht nur im Bier ist Malz also ein gern gesehener Gast. Wenn es Dir aber zu aufwendig ist, kannst Du ihn auch weglassen.



# KÖRNERBROT

## FÜR MEHR POWER

ERGIBT 2–3 PORTIONEN

### FÜR DEN VORTEIG (AM TAG VORHER VORBEREITEN)

- \* 110 ml lauwarmes Wasser
- \* ½ Pck. Trockenhefe
- \* 1 Prise Zucker
- \* 45 g Weizenmehl

### FÜR DEN HAUPTTEIG

- \* 200 g Weizenmehl
- \* 120 g Roggenmehl
- \* 2 TL Salz
- \* 1 ½ Pck. Trockenhefe
- \* 180 ml Wasser
- \* 60 g Körnermischung (z. B. Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne)
- \* 1 TL Malzextraktpulver
- \* 1 ½ EL Rapsöl

### AUSSERDEM

- \* 1 EL Rapsöl
- \* 1 TL Wasser
- \* ½ EL schwarzer Sesam
- \* 2 EL Körnermischung (z. B. Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne)

**1** Für den Vorteig Wasser, Hefe und Zucker in einer Schüssel vermischen. Das Mehl gleichmäßig unterrühren. Mit einem sauberen Geschirrtuch abdecken und etwa 1 Stunde bei Zimmertemperatur gehen lassen. Den Vorteig mit Frischhaltefolie abgedeckt 12 Stunden oder über Nacht im Kühlschrank reifen lassen.

**2** Am Folgetag den Backofen auf 50 °C Ober-/Unterhitze vorheizen und dann ausschalten. Für den Hauptteig beide Mehlsorten, Salz, Hefe, Malzextraktpulver und Körnermischung in einer großen Schüssel vermengen. Vorteig, Wasser und Rapsöl hinzufügen und alles mit den Händen oder einem Kochlöffel ca. 3 Minuten zu einem Teig kneten.

**3** Den Teig in der Schüssel mit einem Geschirrtuch abdecken und im Backofen auf mittlerer Schiene etwa 25 Minuten gehen lassen.

**4** Eine beschichtete ofenfeste Pfanne (ca. 30 cm Ø) mit ½ EL Rapsöl ausreiben. Das restliche Öl mit dem Wasser verquirlen. Den Teig noch einmal leicht kneten und in die Pfanne geben.

**5** Die Finger mit der Öl-Wasser-Mischung befeuchten und damit den Teig gleichmäßig bis zum Rand der Pfanne verteilen und leicht andrücken. Mit dem schwarzen Sesam und der Körnermischung bestreuen. Den Teig in der Pfanne weitere 40 Minuten bei Zimmertemperatur gehen lassen. Währenddessen den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

**6** Das Brot im Backofen ca. 30 Minuten goldbraun backen, herausnehmen und abkühlen lassen.

# GOLDGELBES MAISBROT

ERGIBT 2–3 PORTIONEN

## FÜR DEN VORTEIG (AM TAG VORHER VORBEREITEN)

- \* 110 ml lauwarmes Wasser
- \* ½ Pck. Trockenhefe
- \* 1 Prise Zucker
- \* 45 g Weizenmehl

## FÜR DEN HAUPTTEIG

- \* 200 g Weizenmehl
- \* 120 g Maismehl
- \* 2 TL Salz
- \* 1 ½ Pck. Trockenhefe
- \* ¼ TL Kurkumapulver
- \* ½ TL Ras el-Hanout
- \* 3 EL Dosenmais
- \* 180 ml Wasser
- \* 1 ½ EL Rapsöl

## VOR DEM BACKEN

- \* 1 EL Rapsöl
- \* 1 TL Wasser
- \* 1 EL Sesam

**1** Für den Vorteig Wasser, Hefe und Zucker in einer Schüssel vermischen. Das Mehl unterrühren und alles gleichmäßig vermengen. Mit einem sauberen Geschirrtuch abdecken und etwa 1 Stunde bei Zimmertemperatur gehen lassen. Den Vorteig mit Frischhaltefolie abgedeckt 12 Stunden oder über Nacht im Kühlschrank reifen lassen.

**2** Am Folgetag den Backofen auf 50 °C Ober-/Unterhitze vorheizen und dann ausschalten. Für den Hauptteig Weizenmehl, Maismehl, Salz, Hefe und Gewürze in einer großen Schüssel vermengen.

**3** Den Mais abtropfen lassen, grob hacken und zu den anderen Zutaten in die Schüssel geben. Vorteig, Wasser sowie Rapsöl hinzufügen und alles mit den Händen oder einem Kochlöffel ca. 3 Minuten zu einem Teig kneten.

**4** Den Teig in der Schüssel mit einem Geschirrtuch abdecken und im Backofen auf mittlerer Schiene etwa 25 Minuten gehen lassen.

**5** Eine beschichtete ofenfeste Pfanne (ca. 30 cm Ø) mit ½ EL Rapsöl ausreiben. Das restliche Öl mit dem Wasser verquirlen. Den Teig noch einmal leicht kneten und in die Pfanne geben.

**6** Die Finger mit der Öl-Wasser-Mischung befeuchten und damit den Teig gleichmäßig bis zum Rand der Pfanne verteilen und leicht andrücken. Mit Sesam bestreuen. Den Teig in der Pfanne weitere 40 Minuten bei Zimmertemperatur gehen lassen. Währenddessen den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

**7** Das Brot im Backofen ca. 30 Minuten goldbraun backen, herausnehmen und abkühlen lassen.



### LECKERE FACTS

¡Arriba! Mais kennt man eher aus der mexikanischen Küche. Da es bei uns aber nun einmal keine Tacos, sondern Döner gibt, haben wir diesem Dönerbrot etwas von dem gelben Gold untergeschummelt.