



BROT

AUS SÜDTIROL

Richard Ploner

.....

*Über 100 Rezepte
zum Selberbacken und Genießen*

ATHESIA

Richard Ploner

BROT

AUS SÜDTIROL

*Über 100 Rezepte
zum Selberbacken und Genießen*

Fotos von Josef Pernter



ATHESIA VERLAG

BIBLIOGRAFISCHE INFORMATION DER DEUTSCHEN NATIONALBIBLIOTHEK

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte
bibliografische Daten sind im Internet abrufbar:
<http://dnb.ddb.de>

KONTAKTADRESSE

Restaurant Ploner
Dachselweg 1
39040 Aldein
Tel. 0039 0471 886 556

UMSCHLAFOTO

Weizenkeimbrot, Kartoffelbrot und Bauernweggen

2017 · *Fünfte Auflage*

Alle Rechte vorbehalten

© by Athesia AG, Bozen (2006)

Gestaltung und Satz: design.buero, St. Leonhard in Passeier

Druck: Athesia Druck, Bozen

ISBN 978-88-8266-359-9

www.athesia-tappeiner.com

buchverlag@athesia.it

Inhalt

- 6 Die Brote im Überblick
- 9 Zu diesem Buch
- 10 Bräuche und Meinungen um das Brot
- 17 Praktische Tipps
- 19 Die wichtigsten Brotbackgeräte und Werkzeuge
- 20 Biografie
- 21 Zubereitung von Vinschgerlen

- 22 HEFESÜSSGEBÄCK
- 30 BRÖTCHEN UND KLEINGEBÄCK
- 44 WEISSBROTE
- 52 BROTE MIT NATURSAUERTEIG
- 58 FLADENBROTE
- 68 WEIZENMISCHBROTE
- 78 SPEZIALBROTE
- 96 ROGGEN- UND ROGGENMISCHBROTE
- 104 SAUERTEIGBROTE
- 112 BROT AUS DEM BROTBACKAUTOMATEN

- 116 Glossar
- 118 Register

Die Brote

HEFESÜSSGEBÄCK



S. 22

BRÖTCHEN
UND KLEINGEBÄCK



S. 30

WEISSBROTE



S. 44

S. 68



WEIZENMISCHBROTE

S. 78



SPEZIALBROTE

im Überblick

BROTE
MIT NATURSAUERTEIG



S. 52

FLADENBROTE



S. 58

S. 96



ROGGEN- UND
ROGGENMISCHBROTE

S. 104



SAUERTEIGBROTE

S. 112



BROT AUS DEM
BROTBACKAUTOMATEN

Richard Ploner

Zu diesem Buch



Nachdem ich – noch sehr jung – im Jahr 1988 mein erstes Buch »Brot aus Südtirol« geschrieben hatte, war es an der Zeit, dieses zu überarbeiten, denn in all diesen Jahren ist die Leidenschaft und Liebe zum Brotbacken noch größer geworden. Ich habe auf diesem Spezialgebiet weitere Erfahrungen und Rezepte gesammelt, die sich in diesem zum Großteil neu aufgelegten Buch wieder finden.

Selbst sein Brot backen! Das ist für einen passionierten Koch wie mich mit der entsprechenden Erfahrung sicher einfach. Trotzdem ist es für mich immer wieder eine große, nur schwer zu beschreibende Genugtuung, wenn ich fertig gebackenes Brot aus dem Ofen nehme. Mit Inspiration und dem nötigen Interesse schaffen auch Sie es – als Anfänger/-in oder bereits Erfahrene/-er –, das tägliche herzhafteste Brot zu backen. Wenn Sie Spaß beim Brotbacken haben, können Sie auch experimentieren und schon bald eigene Varianten zubereiten.

Die Rezepte mit vielen Geschmacksrichtungen sind mit Sorgfalt geprüft und nach eigenen Überlegungen zusammengestellt worden, wobei bei der Wahl der Rezepte nicht nur Südtiroler Brotspezialitäten aufscheinen, sondern auch solche aus unseren Nachbarländern.

Hier finden Sie ein in Sparten aufgegliedertes Rezepterepertoire mit über 100 Brotideen für den Backofen wie für den Brotbackautomaten. Zudem erhalten Sie zahlreiche Tipps und Anregungen, die eine feste Stütze sein werden. Lesen Sie vor Backbeginn die angeführten praktischen Tipps ab Seite 17, denn sie sind die Ergänzung zu den beschriebenen Rezepten.

Man braucht natürlich etwas Fingerspitzengefühl, denn bei aller Genauigkeit der Rezepte entscheidet nicht immer die Digitalwaage über ein perfekt gelungenes Endprodukt. Schon im Voraus gemahlenes Vollkornmehl kann oft mehr Flüssigkeit aufnehmen als frisch gemahlene Getreide – hier gibt man weniger Wasser hinzu.

Mit viel Liebe und Professionalität hat mein Landsmann Josef Pernter die verschiedenen Brote als verlockende Farbbilder in Szene gesetzt, wobei schon beim Anblick dieser gelungenen Bilder das Wasser im Mund zusammenläuft.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß mit diesem Buch und natürlich ein gutes Gelingen beim Nachbacken!

Richard Ploner
Aldein, im Frühjahr 2006

Brot – mit dem Begriff Brot verbinden viele Menschen auch in unseren Breiten den Gedanken an das *tägliche Brot* im umfassenden Sinn der Vater-unser-Bitte (Lk 11,3). Unser tägliches Brot meint nämlich weit mehr als nur das Essen, sondern alles, »was zu des Leibes Notdurft« zählt, wie die Alten gesagt haben. Es umfasst alles, bis hin zum guten Wetter und zu guten Freunden, eben alle guten Gaben, die Gott den Menschen zuwendet, so wie es im bekannten Danklied des Matthias Claudius (1740–1815) anklingt. So nimmt das Brot im Denken und Reden einen wichtigen Platz ein. Alle wollen ihr Brot verdienen, und wenn sie einen Beruf anstreben, soll es keine brotlose Kunst sein, in sparsamen Zeiten werden kleinere Brötchen gebacken oder es wird den Leuten der Brotkorb höher gehängt. »Wess Brot ich eß, dess Lied ich sing«, das meint die vielen Abhängigkeiten, die Menschen mit ihrem Brotherrn verbinden.

Wenn wir Brot im Geschäft kaufen oder auf dem Tisch vorfinden, so wird uns kaum bewusst, wie Brot heute zustande kommt, und noch viel weniger, wie das früher war.

In der vorwiegend bäuerlichen Gesellschaft von einst stand das Getreide und mithin auch das Brot im Mittelpunkt der Arbeit und Sorge. Das *liebe Brot* hat man gesagt und vom Getreide das *liebe traidt*. Das deutet schon etwas von der Achtung an, die unsere Vorfahren vor dem Brot hatten. Von der mühevollen Arbeit her ist dem Brot große Wertschätzung zugewachsen, sie war eine wichtige Nährwurzel für das Brauchtum, das sich um das Brot rankt.

Der Getreidebau steht an der Wiege des Sesshaftwerdens und des Bauerntums. Im fruchtbaren Halbmond, im heutigen Kleinasien, begannen die Menschen vor etwa 10 000 Jahren, zur Jungsteinzeit, Getreidesorten wie Emmer, Einkorn und etwas später auch Weizen anzubauen. In unserem Alpenraum erfolgte diese Entwicklung ein paar tausend Jahre später. Funde aus den Pfahlbaudörfern am Bodensee bezeugen, dass Brei aus zerriebenen Getreidekörnern auf heißen Steinen gebacken wurde. Ob es sich bei diesen Funden eben nur um Breireste oder bereits um Fladen handelt, lässt die Forschung offen.

Zu dieser Zeit, im dritten Jahrtausend v. Chr., kannten die Ägypter und Sumerer bereits Hefe und Sauerteig, Treibmittel, die es – zusammen mit dem geeigneten Mehl – zur Bereitung von Brot im eigentlichen Sinn braucht. Fladen entsteht hingegen durch Backen ohne Treibmittel. Er wird im kalten Zustand

steinhart und wird daher warm gegessen. Brot ist im kalten Zustand besser genießbar und bleibt locker. Nicht alle Getreidesorten enthalten nämlich den notwendigen Kleber, um den im Gärmittel enthaltenen Sauerstoff zu binden. Weizen und Roggen eignen sich als Brotgetreide am besten. In den südlichen Ländern, wo Weizen gut gedeiht, wurde hauptsächlich Hefe zur Brotbereitung verwendet. Das berichtet Plinius der Ältere in seiner Naturgeschichte (xviii, 7, 12). Das Brotgetreide der nördlichen Gegenden und der Alpentäler ist seit der Eisenzeit der Roggen. Die Klöster und Adelshöfe und vor allem die Bauern als Selbstversorger verwendeten den aus Roggenmehl leicht herzustellenden Sauerteig, die beruflichen Bäckereien in den Märkten und Städten aber schon lang die Hefe, zumal sie mehrere Brotsorten aus Roggen- und Weizenmehl herstellten.

Brot und Politik

Brot war zu geschichtlichen Zeiten stets ein Grundnahrungsmittel. Besonders im römischen Kaiserreich wurde mit Brotverteilungen auch Politik gemacht, mit Brot und Spielen die Stadtbevölkerung bei Laune gehalten. Viele Leute hatten weder Geld, um Brot zu kaufen, noch Herd und Ofen, um Brot zu backen. Auch im Mittelalter und in den Jahrhunderten danach sah sich die Obrigkeit genötigt, Ordnungen und Regelungen zu erlassen, damit Brot erschwinglich blieb. So hat zum Beispiel Karl der Große († 814) Höchstpreise für Getreide festgelegt und die Ausfuhr von Getreide in Notzeiten verboten. Auch in Tirol hat die Regierung ein wachsames Auge gehabt. Damit Getreide im Lande blieb, wurden auf Grund behördlicher Weisung (1608) Kornkästen gebaut. Der »Fürkauf«, das Aufkaufen von Getreide und anderen Lebensmitteln, bot häufig genug Anlass zum Einschreiten. Der Handel mit Korn erfolgte auf öffentlichem Platz, einen Kornplatz gibt es zum Beispiel in Bozen und gab es in Brixen. Gewicht und Preis des Brotes waren von der Obrigkeit festgelegt.

Brotherufe

Der Berufsstand der Bäcker schloss sich früh zu Innungen und Bruderschaften zusammen. So entstand zum Beispiel in Meran im Jahre 1239 die erste Bäcker-Bruderschaft Tirols. Die Zunftordnungen sorgten für eine gewisse Selbstkontrolle. Übertreter der Bestimmungen kamen an den Pranger. Zur besseren Überwachung und wohl auch um den Kunden Vergleiche zu ermöglichen, mussten die Bäcker das

Für 6 Brote

ZUTATEN

- 150 g Weizenmehl Typ 00
- 250 g Dinkelmehl
- 50 g Roggenmehl Typ R-I
- 50 g Dinkelvollkornmehl
- 25 g Hefe
- 1 TL Zucker
- 360 g lauwarme Milch
- 30 g Kürbiskernöl
- 150 g geröstete, im Mixer grob zerkleinerte Kürbiskerne
- 10 g Salz

KÜRBISKERNBROT

ZUBEREITUNG

- ▶ Das vermischte Mehl in eine Schüssel oder in das Rührgerät geben und in die Mitte eine Vertiefung drücken. Die Hefe samt Zucker in der Milch auflösen, in die Mehlvertiefung einrühren und 15 Minuten gären lassen.
- ▶ Das Salz auf den Mehlrand streuen, Kürbiskernöl und geröstete Kürbiskerne beifügen und die Masse mindestens 10 Minuten zu einem glatten, geschmeidigen Teig schlagen.
- ▶ Den Teig leicht mit Weizenmehl bestäuben, mit Klarsichtfolie zudecken und an einem warmen Ort etwa 30 Minuten gehen lassen, bis sich sein Volumen verdoppelt hat.
- ▶ Den Teig auf eine leicht mit Mehl bestäubte Arbeitsfläche geben, in sechs gleich schwere Stücke teilen, rund wirken und mit dem Schluss nach unten auf ein mit Silpat oder Backpapier ausgelegtes Backblech legen.
- ▶ Mit einem immer wieder in Wasser getauchten Spieß gleichmäßig einstechen und nochmals etwa 25 Minuten mit einem Tuch zugedeckt gehen lassen. Anschließend im vorgeheizten Rohr in den ersten 5 Minuten mit Schwaden backen.

-  180 Grad im Heißluftofen
-  210 Grad im Elektrorohr
-  25 Minuten

Für 6 Brote

ZUTATEN

- 200 g Hirse
- 350 g Wasser
- 100 g Weizenmehl Typ 00
- 300 g Weizenmehl Typ 0
- 100 g Weizenvollkornmehl
- 25 g Hefe
- 1 TL Zucker
- 250 g lauwarmes Wasser
- 40 g Olivenöl
- 10 g Salz

HIRSEBROT

ZUBEREITUNG

- ▶ Die Hirse 20 Minuten kochen und erkalten lassen.
- ▶ Das Mehl in eine Schüssel oder in das Rührgerät geben und in die Mitte eine Vertiefung drücken. Die Hefe samt Zucker im Wasser auflösen, in die Mehlvertiefung einrühren und 15 Minuten gären lassen.
- ▶ Das Salz auf den Mehlrand streuen, die Hirse und das Olivenöl beifügen und die Masse mindestens 10 Minuten zu einem glatten, geschmeidigen Teig schlagen.
- ▶ Den Teig leicht mit Weizenmehl bestäuben, mit Klarsichtfolie zudecken und an einem warmen Ort etwa 30 Minuten gehen lassen, bis sich sein Volumen verdreifacht hat.
- ▶ Den Teig auf eine leicht mit Mehl bestäubte Arbeitsfläche geben, in sechs gleich schwere Stücke teilen, rund wirken und auf ein mit Silpat oder Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Mit einer Palette Quadrate eindrücken und nochmals etwa 20 Minuten mit einem Tuch zugedeckt gehen lassen. Anschließend im vorgeheizten Rohr in den ersten 5 Minuten mit Schwaden backen.

-  190 Grad im Heißluftofen
-  220 Grad im Elektrorohr
-  20 Minuten

Hirsebrot



Für 2 Brote

ZUTATEN

- 450 g geschälte, in Spalten geschnittene Golden Delicious
- 50 g Weißwein
- 1 Zitrone, Saft
- 100 g Weizenmehl Typ 00
- 500 g Dinkelmehl
- 25 g Hefe
- 1 TL Zucker
- 70 g lauwarme Milch
- 40 g in kleine Stücke geschnittene Butter
- 1 Ei
- 1 Msp. geriebene Zitronenschale
- 10 g Salz

- 2 dreieckige Terrinenformen

APFELBROT

ZUBEREITUNG

- ▶ Die Äpfel im Weißwein und Zitronensaft dünsten, bis aller Saft eingekocht ist, und leicht abkühlen lassen.
- ▶ Das Mehl in eine Schüssel oder in das Rührgerät geben und in die Mitte eine Vertiefung drücken. Die Hefe mit dem Zucker in der Milch auflösen, in die Mehlvertiefung einrühren und 15 Minuten gären lassen.
- ▶ Das Salz auf den Mehrlrand streuen, Butter, Ei, Zitronenschale und Äpfel beifügen und die Masse mindestens 10 Minuten zu einem glatten Teig schlagen.
- ▶ Den Teig leicht mit Weizenmehl bestäuben, mit Klarsichtfolie zudecken und an einem warmen Ort etwa 30 Minuten gehen lassen, bis sich sein Volumen verdoppelt hat.
- ▶ Den Teig auf eine leicht mit Mehl bestäubte Arbeitsfläche geben, in zwei Stücke teilen, rund wirken, zu Strängen formen, in die mit Backpapier ausgelegten Formen legen und nochmals etwa 25 Minuten gehen lassen. Anschließend im vorgeheizten Rohr backen.

-  160 Grad im Heißluftofen
-  190 Grad im Elektrorohr
-  30 Minuten

MEINE TIPPS

- ▶ Sie können das Brot in Scheiben schneiden und toasten.
- ▶ Servieren Sie das Brot zu Leberterrinen.

Für 6 kleine oder
4 größere Zöpfe

ZUTATEN

- 500 g Weizenmehl Typ 0
- 25 g Hefe
- 1 TL Zucker
- 80 g lauwarme Milch
- 1 Ei
- 40 g in kleine Stücke geschnittene Butter
- 250 g geschälter, im Ofen weich gegarter Kürbis
- 10 g Salz

KÜRBISZÖPFE

ZUBEREITUNG

- ▶ Das Mehl in eine Schüssel oder in das Rührgerät geben und in die Mitte eine Vertiefung drücken. Die Hefe samt Zucker in der Milch auflösen, in die Mehlvertiefung einrühren und 15 Minuten gären lassen.
- ▶ Das Salz auf den Mehrlrand streuen, Ei, Butter und Kürbis beifügen und mindestens 10 Minuten zu einem glatten, geschmeidigen Teig schlagen.
- ▶ Den Teig leicht mit Weizenmehl bestäuben, mit Klarsichtfolie zudecken und an einem warmen Ort etwa 25 Minuten gehen lassen, bis sich sein Volumen verdoppelt hat.
- ▶ Den Teig auf eine leicht mit Mehl bestäubte Arbeitsfläche geben, in 18 gleich schwere Stücke teilen, rund wirken, zu etwa 25 cm langen Strängen formen und daraus sechs Zöpfe flechten.
- ▶ Auf ein mit Silpat oder Backpapier ausgelegtes Backblech legen und nochmals etwa 20 Minuten mit einem Tuch zugedeckt gehen lassen. Anschließend im vorgeheizten Rohr in den ersten 5 Minuten mit Schwaden backen.

-  190 Grad im Heißluftofen
-  220 Grad im Elektrorohr
-  20 Minuten

MEINE TIPPS

- ▶ Sie können das Brot auch in einer anderen beliebigen Form backen.
- ▶ Das Brot in Scheiben schneiden, toasten und warm zu Gänseleberterrine servieren.



Für 6 Brote

ZUTATEN

- 300 g Weizenmehl Typ 0
- 200 g Dinkelvollkornmehl
- 25 g Hefe
- 1 TL Zucker
- 340 g lauwarmes Wasser
- 200 g gemahlene Pistazien
- 40 g Butter
- 10 g Salz

ZUM BESTREICHEN

- 1 verquirltes Ei

PISTAZIENBROT

ZUBEREITUNG

- ▶ Das Mehl in eine Schüssel oder in das Rührgerät geben und in die Mitte eine Vertiefung drücken. Die Hefe samt Zucker im Wasser auflösen, in die Mehvertiefung einrühren und 15 Minuten gären lassen.
- ▶ Das Salz auf den Mehtrand streuen, Pistazien und Butter beifügen und die Masse mindestens 10 Minuten zu einem glatten, geschmeidigen Teig schlagen.
- ▶ Den Teig leicht mit Weizenmehl bestäuben, mit Klarsichtfolie zudecken und an einem warmen Ort etwa 30 Minuten gehen lassen, bis sich sein Volumen verdoppelt hat.
- ▶ Den Teig auf eine leicht mit Mehl bestäubte Arbeitsfläche geben, in sechs größere und sechs kleinere Stücke teilen und rund wirken. Die größeren Stücke mit dem Schluss nach unten auf ein mit Silpat oder Backpapier ausgelegtes Backblech legen und leicht flach drücken.
- ▶ Die Laibe mit Ei bestreichen, 10 Minuten gehen lassen, die kleinen Kugeln darauf setzen und diese wiederum bestreichen. Die Brote nochmals etwa 15 Minuten gehen lassen und anschließend im vorgeheizten Rohr in den ersten 5 Minuten mit Schwaden backen.

-  180 Grad im Heißluftofen
-  210 Grad im Elektrorohr
-  25 Minuten

Für 5 Brote

ZUTATEN

- 250 g Polentamehl, mittelfein
- 350 g kochendes Wasser
- 350 g Weizenmehl Typ 00
- 25 g Hefe
- 1 TL Zucker
- 180 g lauwarmes Wasser
- 30 g in kleine Stücke geschnittene Butter
- 1 Ei
- 10 g Salz

MAISBROT

ZUBEREITUNG

- ▶ Das Polentamehl mit dem Wasser überbrühen und aufkochen, bis die Polenta bindet, danach abkühlen lassen.
- ▶ Das Weizenmehl in eine Schüssel oder in das Rührgerät geben und in die Mitte eine Vertiefung drücken. Die Hefe samt Zucker im Wasser auflösen, in die Mehvertiefung einrühren und 15 Minuten gären lassen.
- ▶ Das Salz auf den Mehtrand streuen, Butter, Ei und Polenta beifügen und die Masse mindestens 15 Minuten zu einem glatten, geschmeidigen Teig schlagen.
- ▶ Den Teig leicht mit Weizenmehl bestäuben, mit Klarsichtfolie zudecken und an einem warmen Ort etwa 45 Minuten gehen lassen, bis sich sein Volumen verdoppelt hat.
- ▶ Den Teig auf eine leicht mit Mehl bestäubte Arbeitsfläche geben, in fünf gleich schwere Stücke schneiden, rund wirken und mit dem Schluss nach unten auf ein mit Silpat oder Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Leicht mit Mehl bestäuben und nochmals etwa 30 Minuten gehen lassen. Anschließend im vorgeheizten Rohr in den ersten 5 Minuten mit Schwaden backen.

-  180 Grad im Heißluftofen
-  210 Grad im Elektrorohr
-  25 Minuten

MEIN TIPP

- ▶ Sie können das Brot auch in einer Kastenform backen.

Pistazienbrot



Maisbrot



Für 6 Brote

ZUTATEN

- 250 g Roggenschrot
- 200 g Wasser (50 Grad)

- 250 g Weizenmehl Typ 00
- 25 g Hefe
- 1 TL Zucker
- 125 g lauwarmes Wasser
- 10 g Salz

ROGGENSCHROTBROT

VORBEREITUNG

- ▶ Den Roggenschrot mit dem 50 Grad heißem Wasser überbrühen und mindestens 12 Stunden zugedeckt an einem warmen Ort stehen lassen.

ZUBEREITUNG

- ▶ Das Weizenmehl in eine Schüssel oder in das Rührgerät geben und in die Mitte eine Vertiefung drücken. Die Hefe samt Zucker im Wasser auflösen, in die Mehvertiefung einrühren und 15 Minuten gären lassen.
- ▶ Das Salz auf den Mehtrand streuen, den eingeweichten Roggenschrot beifügen und die Masse mindestens 10 Minuten zu einem glatten, geschmeidigen Teig schlagen.
- ▶ Den Teig leicht mit Weizenmehl bestäuben, mit Klarsichtfolie zudecken und an einem warmen Ort etwa 25 Minuten gehen lassen, bis sich sein Volumen verdoppelt hat.
- ▶ Den Teig auf eine leicht mit Mehl bestäubte Arbeitsfläche geben, in sechs gleich schwere Stücke teilen, rund wirken, mit dem Schluss nach unten auf ein mit Silpat oder Backpapier ausgelegtes Backblech legen und nochmals etwa 20 Minuten mit einem Tuch zugedeckt gehen lassen. Anschließend im vorgeheizten Rohr in den ersten 5 Minuten mit Schwaden backen.

-  180 Grad im Heißluftofen
-  210 Grad im Elektrorohr
-  20 Minuten

Für 4 Weggen

ZUTATEN

- 300 g Roggenvollkornmehl
- 300 g Wasser (50 Grad)

- 300 g Weizenmehl Typ 0
- 25 g Hefe
- 1 TL Zucker
- 150 g lauwarmes Wasser
- 1 TL Brotklee
- 1 EL Anis
- 10 g Salz

BAUERNWEGGEN

VORBEREITUNG

- ▶ Das Roggenvollkornmehl mit dem 50 Grad heißen Wasser überbrühen und mindestens 12 Stunden zugedeckt an einem warmen Ort stehen lassen.

ZUBEREITUNG

- ▶ Das Weizenmehl in eine Schüssel oder in das Rührgerät geben und in die Mitte eine Vertiefung drücken. Die Hefe samt Zucker im Wasser auflösen, in die Mehvertiefung einrühren und 15 Minuten gären lassen.
- ▶ Das Salz auf den Mehtrand streuen, Brotklee und Anis samt eingeweichtem Roggenvollkornmehl beifügen und die Masse mindestens 10 Minuten zu einem glatten, geschmeidigen Teig schlagen.
- ▶ Den Teig leicht mit Weizenmehl bestäuben, mit Klarsichtfolie zudecken und an einem warmen Ort etwa 35 Minuten gehen lassen, bis sich sein Volumen verdoppelt hat.
- ▶ Den Teig auf eine leicht mit Mehl bestäubte Arbeitsfläche geben, in vier gleich schwere Stücke schneiden, rund wirken, zu Weggen formen und mit dem Schluss nach unten auf ein mit Silpat oder Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Leicht mit Mehl bestäuben und nochmals etwa 30 Minuten gehen lassen. Anschließend im vorgeheizten Rohr in den ersten 5 Minuten mit Schwaden backen.

-  200 Grad im Heißluftofen
-  230 Grad im Elektrorohr
-  20 Minuten



SAUERTEIG FÜR ROGGENBROTE

ZUTATEN 1. TAG

- 150 g Roggenmehl Typ R-I
- 150 g lauwarmes Wasser
- 80 g Naturjoghurt oder Buttermilch
- 1 TL Zucker

ZUTATEN 3. TAG

- 325 g Roggenmehl Typ R-I
- 200 g lauwarmes Wasser

ZUBEREITUNG

- ▶ Die Zutaten vom ersten Tag am besten in ein hohes Plastikgefäß geben, gut verrühren und mit Klarsichtfolie, in die Sie in der Mitte eine kleine Öffnung schneiden, zudecken. Die Masse an einem konstant warmen Ort bei 25 Grad 48 Stunden stehen lassen. Den Teig dreimal am Tag umrühren.
- ▶ Am dritten Tag die weiteren Zutaten beifügen und nochmals 12 Stunden am gleichen Ort stehen lassen. Nun ist der Sauerteig gebrauchsfertig. Sie können ihn im Kühlschrank bis zu einer Woche lagern oder einfrieren.

ANFRISCHEN VON SAUERTEIG

- ▶ Um Sauerteig anzufrischen, nehmen Sie den restlichen Sauerteig, geben Wasser und Roggenmehl Typ R-I hinzu und lassen ihn 16 Stunden an einem warmen Ort zugedeckt stehen.
- ▶ Arbeitsbeispiel: Sie haben noch 250 g Sauerteig von der letzten Woche im Kühlschrank. Fügen Sie diesem Sauerteig 500 g Roggenmehl und 500 g Wasser bei, verrühren alles gut und lassen ihn, mit Klarsichtfolie, in die Sie in der Mitte eine kleine Öffnung schneiden, zugedeckt, 16 Stunden an einem warmen Ort stehen.
- ▶ Nun können Sie den Sauerteig verwenden, den Rest in den Kühlschrank stellen und das Überbleibsel wieder anfrischen. Diesen Vorgang können Sie so lange wiederholen, wie Sie Sauerteigbrote backen. Sie sparen sich dadurch die Zeit, den Sauerteig drei Tage stehen zu lassen.

Für 6 Brote

ZUTATEN

- 40 g Pinienkerne
- 70 g Rosinen
- 70 g getrocknete Marillen
- 100 g getrocknete Birnen
- 100 g getrocknete Zwetschgen
- 250 g Weizenmehl Typ 0
- 100 g Roggenmehl Typ R-I
- 150 g Dinkelvollkornmehl
- 25 g Hefe
- 1 TL Zucker
- 150 g lauwarmes Wasser
- 50 g Sauerteig
- 1 TL Anis
- 15 g Salz

FRÜCHTEBROT

ZUBEREITUNG

- ▶ Die Trockenfrüchte in Wasser aufkochen, 5 Minuten ziehen lassen, abseihen und in grobe Stücke schneiden.
- ▶ Das Mehl in eine Schüssel oder in das Rührgerät geben und in die Mitte eine Vertiefung drücken. Die Hefe samt Zucker im Wasser auflösen, in die Mehvertiefung einrühren und 25 Minuten gären lassen.
- ▶ Das Salz auf den Mehtrand streuen, den Sauerteig und Anis beifügen und die Masse mindestens 10 Minuten zu einem glatten, geschmeidigen Teig schlagen.
- ▶ Die Trockenfrüchte und Pinienkerne beifügen und den Teig nochmals 3 Minuten schlagen.
- ▶ Den Teig leicht mit Weizenmehl bestäuben, mit Klarsichtfolie zudecken und an einem warmen Ort etwa 40 Minuten gehen lassen, bis sich sein Volumen verdoppelt hat.
- ▶ Den Teig auf eine leicht mit Mehl bestäubte Arbeitsfläche geben, in sechs gleich schwere Stücke schneiden, rund wirken und mit dem Schluss nach unten auf ein mit Silpat oder Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Leicht mit Mehl bestäuben und nochmals etwa 40 Minuten gehen lassen. Anschließend im vorgeheizten Rohr in den ersten 5 Minuten mit Schwaden backen.

-  200 Grad im Heißluftofen
-  230 Grad im Elektrorohr
-  25 Minuten

MEIN TIPP

- ▶ Lassen Sie das Brot einen Tag ruhen.

Früchtebrot



Register

- Aldeiner Breatlen 59
Aldeiner Pietschn 96
Algenbrötchen 36
Anisbrot 101
Apfelbrot 78
- Bagles 28
Baguette 44
Baguette mit Pecorino
und Rucola 45
Balsamessigbrötchen 42
Bananen 56
Bauernweggen 98
Bierstangen 40
Brennnesselbrot 64
Brioche 25, 36
Buchweizenbrot 90
Buttermilchbrot 50
- Croissant 25
Curryfladen 62
- Dinkel-Butterbrot 88
Dinkelbrot 55
Dinkelbrötchen 38
Dunkles Kümmelbrot 101
- Feines Roggenbrot 102
Fladen 60, 62, 66
Fladenbrot mit Tinte von
Kalmaren 62
Fladen nach meiner Art 59
Focaccia 49
Früchtebrot 104
- Gerstenbrot 106
Gorgonzolabrot 46
Grahambrot 90
Griebenfladen 66
Griessbrot 55
Grissini 34
Grünkernbrot 86
- Haferbrot 94, 106
Haselnussbrot 72
- Hefesüßteig 115
Hirsebrot 76
Holunderblütenbrot 53
Honigbrot 72
- Ingwerschnecken 38
- Joghurtkipfel 32
- Kamutbrot 92
Karottenbrot 80
Kartoffelbrot 80
Käsestangen 48
Kastanienbrot 82
Kichererbsenbrot 92
Knoblauchfladen 60
Kokosbrot 27
Korianderbrötchen 39
Kräuterbrot 49
Kräuterringbrot 102
Kressbrot 54
Kümmelbrot 101
Kürbiskernbrot 76
Kürbiszöpfe 78
- Lardobrot 68
Laugenbrötchen 42
Lavendelbrot 54
Leinsamenbrot 70
- Maisbrot 84
Malzbrot 94
Mandelbrot 114
Milchhörnchen 30
Mohnzopf 74
Mokkaschnecken 30
- Natursauerteig 52
Nussbrot 56
Nusschnecken 28
- Olivenbrot 64
Osterzopf 22
- Petersilie-Brioche 36
Pistazienbrot 84
Pizza 50
- Reisbrot 87
Roggenbrot 102, 110
Roggenbrötchen 96
Roggenbrote 104
Roggenmischbrot 112
Roggenschrotbrot 98
Rohschinkenbrot 68
Rosenblütenbrot 53
Rosmarinbrot 48
Rotweinfladen 66
- Safranknöpfe 39
Sandwich 27, 32
Sauerteig 52
Sauerteigbrot 110
Sauerteig für Roggenbrote 104
Schnecken 28, 30, 38
Schokoladen-Sandwich 27
Schwarzbrot 108
Sechsgetreidebrot 88
Sojabrot 87
Sonnenblumenkernbrot 74
Sonntagsbrötchen 22
Steinpilzbrot 86
- Teebrot 26
Thunfischgrissini 34
Tomatenfladen 60
Topfenbrot 46
- Vinschgerlen 58
Vollkornbrot 108, 112
Vorschlag-Breatlen 58
- Walnussstuten 26
Weißbrot 115
Weißes Dinkelbrot 55
Weizenbrötchen 34
Weizenkeimbrot 70
Weizenvollkornbrot 112
- Ziegenkäsebrot 45
Zwetschgenbrot 82
Zwiebelbrötchen 40

Richard Ploner



Brot aus Meisterhand:
Richard Ploner aus Aldein
verrät seine besten Brotrezepte.

Brot aus Südtirol

Über 100 Rezepte
zum Selberbacken und Genießen

- ▶ Brotbacken für Anfänger, Fortgeschrittene und Könner
- ▶ Viele Südtiroler Brotrezepte aus alter Tradition
- ▶ Brotrezepte aus der eigenen »Werkstatt« des Autors
- ▶ Internationale Brotrezepte
- ▶ Brotrezepte für den Backautomaten
- ▶ Zahlreiche nützliche Tipps zu den Rezepten
- ▶ Alle Rezepte mehrfach geprüft
- ▶ Praktische Erklärungen und gebräuchliche Fachausdrücke
- ▶ Einführung des Volkskundlers Hans Grießmair

Das ideale Buch für alle,
die das Kulturgut Brot schätzen



19,90 € (I/D/A)

ISBN 978-88-8266-359-9



9 788882 663599
athesia-tappeiner.com