Unsere besten Brot-Rezepte zum selbermachen!

Teil 4/6

Imprint:
V. i. S. d. P.: Marcus Petersen-Clausen, Kirchweg 2, 30900 Mellendorf/Wedemark (DE) - Tel.: +49 179 6162 178

Dieses Dokument ist Lizensiert unter der Creative Common Lizenz BY-SA 3.0.

(c) 2022 Marcus Petersen-Clausen
(c) 2022 Köche-Nord.de

Inhalt:

Khubz Manqusch bi-zZaütar (Brot mit Käutern) Seite 5
Khubz qamh (Vollkorn-fladenbrot) Seite 6
Khubz Schaüir (Gerstenfladen) Seite 7
Khubz bi-s-Simsim (Sesambrot) Seite 8
Khubz maüZaitun (Oliven-brot) Seite 9
Kleie Brot-Pizza Seite 10
Knack&Back Spezial Seite 11
Knoblauch-Brot Seite 11
Knäckebrot Seite 12
Knoblauch-Zucchini-Schmalz Seite 13

Knoblauchbaguette Seite 14
Knoblauchbrot mit 2 Käsen Seite 15
Knoblauchschmalz auf Baguette Seite 16
Knusprige Fladen-Brötchen Seite 17
Körner-brötchen /-Brot Seite 18
Korinthen-Brötchen (Krentenbollen) Seite 20
Krabben-Canapes Seite 21
Krabben-Creme auf Toast Seite 22
Krabben-Sandwich Seite 23
Kräftiges Roggenbrot mit Backferment Seite 24

Kräuter-Brötchen Seite 26
Kräuterbrot Seite 27
Kräuter-Brot 2 Seite 28
Kräuter-Brot 3 Seite 29
Kräuter-Brot 4 Seite 30
Kräuter-Aufstrich Seite 30
Krakauer Grütze mit rosinen (Königs-Grütze) Seite 31
Kümmel-Brot Seite 32
Kürbis mit Käse-Brot-Füllung Seite 33
Kürbis-Brot Seite 34

Kürbis-Brot 2 Seite 35
Kürbiskern-Sonnenblumenkern-Brot Seite 36
Kürbiskern-Brot Seite 37
Kürbis-tätschli Seite 38
Käsebrötchen Seite 39
Käse-schnitten mit Pfifferlingen Seite 40
Kümmel-Fladen Seite 41
Kürbis-Brot Seite 42
Kürbis-Brot 2 Seite 43
Kürbis-Brötchen Seite 44
Lachs-Röllchen auf Pumpernickel Seite 45
Lachs-Sandwich Seite 46
Ladiner Brot Seite 47
Laugenbrezel Seite 48
Laugenbrezel 2 Seite 49
Laugenbrezeln, -Brötchen oder -Hörnchen Seite 50
Laugenbrötchen Seite 51
Laugenstangen Seite 52
Lefser 8norwegisches Fladenbrot) Seite 53
Leinsaat-Brot Seite 54

Leinsamenbrot Seite 55
Leinsamenbrot 2 Seite 56
Litauisches Brot mit Hüttenkäse und Speck Seite 57
MEHRKORN-BROT "SAVOY" Seite 58
Magenbrot Seite 59
Maisbrot Seite 60
Maisbrot 2 Seite 61
Maisbrot mit Pfefferschoten und Erdnüssen Seite 62
Maismehlteig Seite 63
Mais-Pfannkuchen aus Basilikum-Quark Seite 64

Mais-Schnitten mit scharfem Mangold Seite 65
Malz-Brötchen Seite 66
Malzbrot 2 Seite 67
Manaqisch Huba (Fladenbrot mit Bockshormkleepaste) Seite 68
Mandarien-Brot Seite 68
Mandel-Brot 1 Seite 69
Mandel-Brot 2 Seite 70
Martin's Sechskorn-Brot Seite 71
Matrosenschmaus Seite 73
Mazza Seite 74

Mett-Toast 1 Seite 75
Mett-Toast 2 Seite 76
Mexican Sandwich Seite 77
Milch-Weißbrot Seite 78
Mini-Pizza Seite 79
Mischbrot Seite 80
Mohn- und Kümmelstangen Seite 81

Inhalt:

Mohnkipferl Seite 82
Morchelschnitten - Croutes aux morilles (Jura) Seite 83
Möhren-Nuss-Creme Seite 84
Naan (Hefebrot) Seite 85
Naan 2 Seite 86
Norwegische Milchbrötchen Seite 87
Nußbrot Seite 88
Nussbrot 2 Seite 89
Nuss Mischbrot Seite 90
Odenwälder Brotlaib Seite 91

Ofenschlupfer mit Speck und Zwiebeln Seite 92
Oliven-Brot Seite 93
Orangen-Buttermilch-Brot Seite 94
Osterbrot mit Kräutern Seite 95
Ostpreusisches Kürbis-Brot Seite 96
Pain d'epices (französisches Gewürz Brot) Seite 97
Pandorato (Brot aus der Pfanne) Seite 98
Pane (italienisches Weißbort) Seite 99
Panierter Toast Seite 100
Panzanella - Brot mit Tomaten (Toskana) Seite 101

Panzanella mit Schafskäse Seite 102
Paprika-Brot Seite 103
Paprika-Sandwich Seite 104
Pariser-Brote Seite 105
Party-Brötchen Seite 106
Pausenbrot 1 Seite 106
Pausenbrot 2 Seite 107
Pausenbrot 3 Seite 108
Pfeffer-Brötchen Seite 109

Pide Einfache Brotfladen Seite 110
Pikante Brot-Torte Seite 111
Pikanter Bulgur mit Auberginen Seite 112
Pilzbrot Seite 113
Pinienbrötchen Seite 114
Pitah Seite 115
Pitabrot Seite 116
Pitta-Fladen / Khubuz Seite 117
Pizza- und Brötchenteig Seite 118
Pizza-Brote mit Kräutern und Oliven Seite 119

Eine ehrenamtliche Empfehlung
für die wir nichts bekommen:

Stiftung Hof Butenland:
Ein Kuh-Altersheim aus Butjadingen

https://www.stiftung-fuer-tierschutz.de/spenden
(unbezahlte Werbung)

Inhalt:

Pizzabrötchen 1 Seite 120
Pizzabrötchen 2 Seite 120
Pizzabrot (Brotbackmaschine) Seite 121
Pizzabrot mit Mozzarella Seite 121
Pizzabrot mit Schinken Seite 122
Polenta mit grünen Chillis und Käse Seite 123
Polnische Grütze, Begriffe und Basisrezept Seite 124
Provencalisches Brot Seite 126
Pulla Seite 127
Pumpernickel 1 Seite 128

Pumpernickel 2 Seite 129
Pumpernickel 3 Seite 130
Pumpernickel selbstgemacht Seite 131
Puri Seite 132
Puri (Fladenbrot) Seite 133

Von herzen empfehlen wir Ihnen AnimaEquality Germany ! Dies ist auch eine unbezahlte Werbung für die Köche-Nord nichts bekommt !

Werde Teil des Animal Defender Netzwerks und rette Tierleben!
https://youtu.be/QmGVdTrtZGM

Khubz Manqusch bi-z-Zaùtar (Brot mit Kräutern)

Menge: 4 Portionen

Fladenbrot-teig (siehe Khubz)
4 Esslöffel Sumak
2 Esslöffel gerebelter Thymian
2 Esslöffel gerebeltes Bohnenkraut
6 Esslöffel Olivenöl
Jodsalz

Den Brotteig nach Rezept (Khubz) vorbereiten. Die Fladen mit einer Gabel einstechen, damit sie keine Blasen werfen. Im vorgeheizten Backofen bei 250 Grad 5 Minuten backen.

Währenddessen die Kräuter und das Salz gut mischen.
Die Brote aus dem Ofen nehmen und auf der weichen Seite reichlich mit Olivenöl einpinseln. Auf jedem Fladen 1 1/2 Teelöffel von der Kräutermischung streuen, noch etwas Olivenöl darüberträufeln und für 3 Minuten in den Ofen schieben.

Unser Tipp:
Man kann die Kräutermischung auch auf Vorrat herstellen und zum Frühstück reichen. Das Brot wird dann in die mit Olivenöl übergossene Kräutermischung getunkt.

Khubz Qamh (Vollkorn-Fladenbrot)

Menge: 4 Portionen

500 Gramm Weizen-Vollkornmehl
2 1/2 Esslöffel Sauerteig
1 Teelöffel Jodsalz

Die Hälfte des Mehls mit 1/4 l Wasser verrühren. Den Sauerteig hinzufügen und gut durchrühren. Zugedeckt bei Zimmertemperatur über Nacht stehen lassen.

Am Morgen das restliche mit Salz vermischte Mehl hinzufügen und alles 10 Minuten lang zu einem nicht klebenden, geschmeidigen Teig verkneten. 20 Minuten ruhen lassen.

Den Teig teilen, zu großen ovalen Fladen formen und nicht zu dünn ausrollen. Auf ein gefettetes Backblech legen und erneut 20 Minuten ruhen lassen.

Bei 220 Grad C 20 Minuten backen. Die Brote herausnehmen, mit Wasser einpinseln und noch für weitere 5 Minuten in den Ofen schieben.

Unser Tipp:
Will man dieses Brot öfter backen, empfiehlt es sich, jedesmal von dem über Nacht gegangenem Vorteig 3 Esslöffel abzunehmen und als Sauerteig-Starter in einem Schraub-glas kühl aufzubewahren.

Khubz Schaüir (Gerstenfladen)

Menge: 4 Portionen

300 Gramm Weizenvollkornmehl
200 Gramm Gerstenmehl
20 Gramm Hefe
1 Teelöffel Jodsalz

Das Mehl mit dem Salz mischen und in eine Schüssel geben. In der Mitte eine Mulde machen und die Hefe hineinbröckeln. Etwas lauwarmes Wasser über die Hefe gießen und rühren, bis sie sich aufgelöst hat.

Nach und nach 1/4 l lauwarmes Wasser hineinrühren und das ganze zu einem geschmeidigen Teig kneten. Mit einem feuchten Tuch abdecken und 1 Stunde an einem warmen Ort gehen lassen.

Von dem aufgegangenem Teig 8 gleichgroße Stücke abteilen, zu Bällchen formen und zu runden Fladen von 1/2 cm Dicke ausrollen. Mit einem Tuch abdecken und 20 Minuten gehen lassen.

Eine schwere Pfanne ohne jegliche Fettzugabe erhitzen. Jeweils einen Fladen hineinlegen und bei starker Hitze backen. Dabei mit einem Tuch ständig auf den Fladen drücken, damit sich keine Blasen bilden.

Wenn sich das Brot stark wirft und die Unterseite leicht angebräunt ist, wenden und auf die gleiche Weise fertig backen. Die Backzeit beträgt etwa 3 - 4 Minuten.

Den fertigen Fladen in ein trockenes Tuch wickeln.

Alle Brote auf diese Weise backen und in dem Tuch übereinanderstapeln. Die Fladen werden weich und biegsam seinAuskühlen lassen

Khubz bi-s-Simsim (Sesambrot)

Menge: 4 Portionen

1 Kilogramm Mehl
100 Gramm Sesamsamen
40 Gramm Hefe
5 Teelöffel Olivenöl
Jodsalz
Sesamsamen zum Bestreuen

Das Mehl in eine große Schüssel geben. In der Mitte eine Mulde machen, die Hefe hineinbröckeln und mit etwas Wasser auflösen.

Salz auf den Mehlrand streuen. Soviel lauwarmes Wasser hinzufügen, daß ein gut knetbarer Teig entsteht.

Mindestens 5 Minuten lang kräftig durchkneten, dann kurz ruhrn lassen. Die Sesamsamen auslesen und mit 3 EL Öl in den Teig einarbeiten.

Ein Backblech mit dem restlichen Öl bepinseln. Den Teig darauf ausrollen und zugedeckt 20 Minuten gehen lassen.

Mit Wasser einpinseln, Sesamsamen daraufstreuen und im vorgeheizten Ofen bei 250 Grad Celsius etwa 20 Minuten backen

Khubz maüZaitun (Oliven-brot)

Menge: 4 Portionen

1 Kilogramm Mehl
30 Gramm Hefe
150 Gramm schwarze Oliven
1 große Zwiebel
100 Milliliter Olivenöl
schwarzer Pfeffer frisch aus der Mühke
Jodsalz
Öl fürs Backblech

Mehl in eine Schüssel geben, in die Mitte eine Mulde machen und die Hefe hineinbröseln. In etwas lauwarmen Wasser auflösen. Salz auf den Mehl-rand streuen und nach und nach ca. 1/2 l lauwarmes Wasser einarbeiten. Den Teig so lange kneten, bis er geschmeidig ist und glänzt.

Oliven entkernen und in kleine Stücke schneiden. Zwiebeln fein hacken. Beides mit der Hälfte des Öls, sowie den Pfeffer in den Teig einarbeiten.

Den Teig in 2 Stücke teilen, zu flachen Broten formen und auf ein gefettetes Blech legen. Zugedeckt an einem warmen Ort 1/2 Stunde gehen lassen.

Im vorgeheizten Ofen bei 225 Grad Celsius 25 Minuten backen. Das Blech herausnehmen, die Brote mit Öl einpinseln und noch 10 Minuten backen.

Kleine Brot-Pizza

Menge: 1 Portion

175 Gramm Vollkornbrot
1 Esslöffel Petersilie; gehackt
1/2 Teelöffel Kümmel; gemahlen
Jodsalz
Pfeffer
1 Esslöffel Sahne
1 Ei (Größe M)
150 Gramm Rosenkohl
50 Gramm Schinken, gekocht
200 Gramm Mozzarella
Fett; fürs Blech

Brot mit der Hand oder im Mixer fein zerbröseln, mit Petersilie, Gewürzen, Sahne und Ei vermischen. Etwa 10 Minuten ruhen lassen. Rosenkohl putzen, 5 Minuten blanchieren, dann in Scheiben schneiden. Schinken fein würfeln oder in Streifen teilen. Den Brotteig auf einer befeuchteten Arbeitsfläche dünn ausstreichen. Mit einer Form von 11 cm Durchmesser kleine Pizzen ausstechen. Auf ein gefettetes Blech setzen. Beidseitig je 5 Minuten bei 175 Grad (Gas: Stufe 2) vorbacken. Mit jeweils einer dünnen Scheibe Mozzarella, Rosenkohl scheiben und Schinken belegen und mit Mozzarella bedecken. Dann 8 bis 10 Minuten überbacken.

Unser Tipp:
Durch das Vor-backen lassen sich diese Pizzen gut vorbereiten.

Knack&Back Spezial

Knack&Back Sonntagsbrötchen
Butter
Knoblauch
Zwiebeln
Tomaten
Emmentaler

Knack&Back Brötchen anbacken, aus dem Ofen nehmen, in Hälften schneiden; noch etwas weiter backen. Dann wieder herausnehmen und wie folgt belegen:

Hälften mit etwas Butter bestreichen, klein geschnittenen Knoblauch, eine Scheibe Tomate, Zwiebelringe und zum Schluss ein paar Scheiben Emmentaler auflegen.

Die belegten Hälften dann so lange weiter backen, bis der Käse gut verlaufen und gebräunt ist.

Knoblauch-Brot

Menge: 1 Portion

25 Gramm Butter
3 Knoblauchzehen, geschält
- und gepresst
100 Gramm Pariser Brot
30 Gramm Parmesan

Das Brot in dünne Scheiben schneiden, im Ofen toasten. Den Knoblauch mit der Butter und Parmesan vermischen, auf die Brotscheiben streichen und im Ofen überbacken.

Knäckebrot

Menge: 2 Portionen

150 Gramm Roggenmehl
150 Gramm Weizenmehl
50 Gramm Weizenvollkornmehl
50 Gramm Roggenvolkonmehl
50 Gramm Gerstenschrot
50 Gramm Haferschrot
70 Gramm Butter
1 Teelöffel Backpulver
3/8 Liter lauwarme Milch
1 Teelöffel Zucker
1/2 Esslöffel Jodsalz
1 Teelöffel gemahlenen Fenchel
Kleie fürs Backblech

Das vermischte Mehl in eine Schüssel geben und in die Mitte eine Vertiefung drücken. Die ganzen Zutaten in die Vertiefung geben und mit der Milch zu einem elastischen Teig kneten. Den Teig 1 Stunde rasten lassen, auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals kurz durcharbeiten, in beliebig gleich große Stücke teilen, runde Kugeln formen und jedes Stück zu einem runden, dünnen Fladen ausrollen. Die Fladen auf das mit Kleie bestreute Blech legen, mit einer Gabel durch und durch einstechen und im vorgeheizten Backofen bei 160 Grad backen. Die Fladen sollen nicht braun werden.

Nach dem Backen neben dem Herd auslegen und etwas trocknen lassen.

Backzeit etwa 20 Minuten

Knoblauch-Zucchini-Schmalz

Dieses deftige Schmalz ist eine gute Ergänzung zum kalten Buffet, zum Brunch oder einfach so. Auf frischem Bauernbrot schmeckt es besonders gut. Den grünen Speck und die Flomen (das Fett, mit dem die Schweinelendchen umgeben sind) sollte man am Besten bei seinem Metzger vorbestellen. Grüner Speck wird in manchen Gegenden auch als "frischer Speck" bezeichnet, man verwendet ihn auch zum Herstellen von Pasteten.

**********Zubereitung**********
Die Schweine-flohmen und den Speck in kleine Würfel schneiden und in einem breiten Topf bei mittlerer Hitze in etwa 20 Minuten langsam glasig ausbraten , dabei mehrmals umrühren, damit sich nichts anlegt. Dann das Lorbeerblatt, die Nelke und die Wacholderbeeren hinzufügen.

Die Zucchini waschen, vom Stängel Ansatz befreien und in kleine Würfel schneiden.

Den Knoblauch mit den Zucchini würfeln unter den Speck rühren. Etwa 10 Minuten langsam weiterdünsten, bis sich alle Zutaten gut verbunden haben. Kräftig mit Salz Pfeffer und dem Cayennepfeffer würzen.
Das Schmalz in einen oder kleine Ton-Töpfchen von je 1/4 Liter Inhalt füllen und ganz abkühlen lassen.

Pro Person ca. : 880 kcal
Pro Person ca. : 3700 kJoule
Eiweiß : 10 Gramm
Fett : 92 Gramm
Kohlenhydrate : 4 Gramm
: ersetze Pro Person durch
: pro Töpfchen (ca. 1/4 Liter)

Knoblauchbaguette

Menge: 3-4 Portionen

1 Baguette
100 Gramm Butter
3 Knoblauchzehen, (evtl. mehr)
1 Teelöffel Harissa (arabische
-Chili-Paste,
ersatzweise Sambal oelek)
Jodsalz
frische Kräuter:
zum Beispiel Koriander-Grün,
-Basilikum

Die Baguette schräg so einschneiden, als wolle man sie in Portion stücke teilen, aber nicht durchschneiden, sondern an der Unterseite noch zusammenhängen lassen.

Die weiche Butter mit den durch die Presse gedrückten Knoblauchzehen, der Thai-Currypaste, Salz und fein gehackten Kräutern verrühren. Diese Kräuterbutter in die Brotschlitze streichen. Das Brot in Alufolie hüllen und im 200 Grad heißen Ofen acht bis zehn Minuten backen, bis die Butter geschmolzen ist.

Unser Tipp:
Die asienduftende Kräuterbutter passt auch gut zu Grillfleisch oder gekochten neuen Kartoffeln

Knoblauchbrot mit 2 Käsen

Das Baguette auf einer Seite längs aufschlitzen und die Krumen herauszupfen. Die Knoblauchzehen schälen und durch die Knoblauchpresse in eine Schüssel drücken. Den Mozzarella erst in Scheiben, dann in Würfel schneiden und mit dem Emmentaler in die Schüssel geben.

Die Petersilie waschen und trockenschütteln, fein hacken und mit der Butter in die Schüssel geben. Alles gut durchmischen und mit dem Salz, dem Pfeffer und der Muskatnuss würzen. Den auf 200 Grad vorheizen. Das aufgeschlitzte Brot mit der Mischung füllen und schräg in etwa 2 cm dicke Scheiben schneiden.

Ein Backblech mit Alufolie auslegen. Die Brotscheiben darauflegen und im Backofen (Mitte) ca. 10 Minuten backen. Gleich heiß servieren.

Unser Tipp:
Das Brot schmeckt als Häppchen aus der Hand zu Wein und Bier, aber auch als Snack.

Sie können das Brot vorbereiten und in Alufolie gepackt in den Kühlschrank legen. Sie brauchen es nur noch in den Backofen schieben und können sich aufs Geniessen freuen.

Pro Person ca. : 480 kcal
Pro Person ca. : 2010 kJoule
Eiweiß : 20 Gramm
Fett : 15 Gramm
Kohlenhydrate : 63 Gramm

Zubereitungszeit ca. 30 Minuten

Knoblauchschmalz auf Baguette

Menge: 2 Portionen

600 Gramm mild geräucherter,
gekochter Frühstücksspeck
2 -4 Knoblauchzehen
2 Bund Petersilie

Den Frühstücksspeck in Scheiben schneiden, in einer Pfanne ausbraten, aus der Pfanne nehmen, abtropfen u. kalt werden lassen. Die Knoblauchzehen pellen, die Petersilie waschen u. von den Stielen zupfen. Speckscheiben, Knoblauch und Petersilie durch die grobe Scheibe vom Fleischwolf drehen (Moulinette), dann mit dem noch lauwarmen Speck-fett mit den Quirlen des Handrührers geschmeidig rühren.

Knusprige Fladen-Brötchen

Menge: 16 Portionen

250 Gramm Weizen
50 Gramm Hirse
50 Gramm Gerste
1 Teelöffel Kümmel
1 Teelöffel Koriander
1 Teelöffel Fenchel
1 Teelöffel Salz
50 Gramm Käse; gerieben evtl. die
- doppelte Menge
350 Milliliter Mineralwasser, sehr
- kohlensäurereich
3 Teelöffel Sonnenblumenöl

Den Weizen, die Hirse, die Gerste und falls die Gewürze ungemahlen sind, auch die Gewürze mittelfein schroten. Das Salz und den Käse unter die Mehlmischung rühren.

Das Mineralwasser und das Speiseöl zufügen. Zugedeckt 2-4 Stunden quellen lassen.

Ein Backblech einfetten. Den Backofen auf 210 Grad (Oberhitze/Unterhitze) vorheizen.

Mit einem Esslöffel flache Häufchen auf das Blech setzen. Nach Belieben mit Gewürzkoernern oder Sesam, Sonnenblumenkernen, Mohn oder Nüssen bestreuen. Wenn man die Brötchen bestreut, den Belag mit einem nassen Löffel fest drücken.

Das Blech mit den Brötchen auf der mittleren Leiste in den Backofen schieben und etwa 30 Minuten backen.

Frisch aus dem Ofen schmecken die Fladen-Brötchen am besten.

Dazu passt: Kräuterbutter

Körner-brötchen / -Brot

Menge: 1 Brot

250 Gramm Roggenschrot
250 Gramm Vollkorn-roggenmehl
250 Gramm Weizenschrot
250 Gramm Vollkorn-weizenmehl
1 Päckchen Trockenhefe
1 Päckchen Sauerteig
- getrocknet oder frisch
1 -2 Esslöffel Gerstenmalz
1 -2 Esslöffel Salz
1/2 Liter Buttermilch (lauwarm)
Wasser nach Bedarf (lauwarm,
meist nochmal 1/2 - 0,75 l)

Zusätzlich:

3-4 Tassen Körner
(nach Geschmack:
- Sonnenblumenkerne, Leinsamen
Sesam, Kürbiskerne,
- Haselnüsse et cetera)
2 Tassen Röstzwiebeln
2 -3 Tassen Drei-korn- oder
- Haferflocken

Nach Geschmack auch noch Gewürze wie zum Beispiel

Kardamom, Kümmel, Nelke,
Anis, Fenchel etc.

Zutaten zu einem Teig verkneten (kann ruhig etwas flüssiger sein, dann 'geht' er besser) und mit einem feuchten Geschirr-Handtuch abgedeckt im Ofen bei 50 Grad C bzw. niedrigste Temperatur eine halbe Stunde gehen lassen. Durchkneten und nochmals abgedeckt mindestens 1 Stunde gehen lassen (je öfter und länger der Teig geht, desto 'fluffiger' wird er beim Backen). Dann die Körner und Röstzwiebeln unterkneten. Falls der Teig zu dünn ist, einfach mehr Mehl dazukneten. Den Teig aus der Schüssel auf eine bemehlte Arbeitsfläche gleiten lassen und den Teig nochmal kräftig mit den Händen durchkneten. Dabei die Flocken unterkneten (wenn man das mit dem Knethaken macht, werden sie zerrieben). Für Brötchen den Teig unterteilen, Kugeln daraus formen und auf ein gefettetes Backblech setzen. Wer will kann sie auch mit etwas lauwarmem Wasser bepinseln und in Körner drücken.

Fortsetzung):
Das gibt dann ein netteres Aussehen, krümelt aber immer so den Brotkasten voll! Für Brot den Teig halbieren und jeweils in eine gefettete Kastenkuchenform füllen (ich mache meist ein Brot und aus dem Rest Brötchen). Brote oder Brötchen mit etwas Alufolie abdecken und im lauwarmen Ofen nochmal 10 Minuten gehen lassen. Heraus- nehmen, abgedeckt weitere 10 Minuten stehen lassen und während- dessen den Ofen auf 200-220 Grad C vorheizen. Die Alufolie abnehmen und den Teig in den Ofen schieben. Dazu eine Steingut-Schüssel mit etwas Wasser auf den Boden des Ofens stellen. Die Brötchen sind je nach Größe nach 20-30 Minuten durch (sind dann beim draufdrücken von oben fest und klingen hohl, wenn man auf den Boden klopft). Das Brot braucht ungefähr eine Stunde. Alles auf einem Rost abkühlen lassen (oder gleich warm essen).

Anmerkung:
Die Mengenangaben sind alle nur ungefähr zu nehmen, wichtig ist, dass man mit der Schrot/Mehl-Mischung auf ungefähr 1 kg kommt und genug Flüssigkeit zugibt, sodass das Brot nicht zu trocken wird. Die Buttermilch lässt das ganze etwas lockerer werden, man kann aber stattdessen auch nur Wasser nehmen. Die Körner gebe ich immer nach Lust und Laune zu, mal mehr, mal weniger.

Korinthen-Brötchen (Krentenbollen)

Menge: 16 Stück

500 Gramm Weizenmehl Type 405
Mehl zum Bearbeiten
50 Gramm Brauner Zucker
1 Teelöffel Jodsalz
25 Gramm Frische Hefe
50 Gramm Geschmolzene Butter,
-- abgekühlt
1 Ei (Größe M)
200 Gramm Korinthen
Backpapier
Milch zum Bestreichen

Zubereitungszeit : 2 Stunden

Das Mehl in eine Schüssel sieben, Zucker und Salz darüber streuen. Die Hefe in 150 ml lauwarmem Wasser auflösen und mit der Butter und dem Ei zum Mehl geben. Alles gründlich mindestens 10 Minuten lang verkneten, bis der Teig nicht mehr am Schüsselrand klebt. Mit Frischhaltefolie und einem Tuch bedecken und an einem warmen Ort 30 Minuten gehen lassen. Danach erneut kräftig durchkneten und dabei nach und nach die Korinthen einarbeiten. Den Teig in sechzehn Stücke schneiden und auf einer bemehlten Fläche runde Brötchen formen. Das Backblech mit Backpapier auskleiden und Backen bis sie braun und knusprig sind.

Krabben-Canapés

Menge: 4 Portionen
Man rechnet 2 Canapés pro Person.

8 kleine Weißbrot; rund geschnitten
8 Teelöffel Sauce Tartar
1 Tasse Krabben; gekocht
3 Teelöffel Champignons
--1/3 mehr
1/2 Esslöffel Butter
Meersalz
Paprikapulver
2 Esslöffel Parmesan; gerieben
1 Teelöffel Meerrettich; gerieben
1/4 Tasse Mayonnaise
8 Gefüllte Oliven

Die Brotscheiben entrinden und auf einer Seite toasten. Die un-getoasteten Seiten, wenn sie ausgekühlt sind, mit Sauce Tartar überziehen. Die gehackten Krabben mit den in etwas Butter gedünsteten gehackten Champignons mischen und mit Salz abschmecken. Die Masse gleichmäßig auf die vor gestrichenen Tomaten-scheiben verteilen und mit Paprika bestreuen. Kalt stellen. Den Käse mit Meerrettich und Mayonnaise zu einer weichen Paste verrühren. Mit Hilfe einer Spritz-tüte oder Kuchen-spritze als Kranz um die Canapés garnieren. Die Mitte mit einer gefüllten Olive markieren.

Krabben-Creme auf Toast

Menge: 4 Portionen

200 Gramm Krabben (Tiefsee-Garnelen)
3 Esslöffel Kräuterquark
Jodsalz
Pfeffer, weißer, aus der
- Mühle
1 Messerspitze Cayennepfeffer
1 Esslöffel Zitronensaft
2 Bund Dill (1 1/2 davon fein
- gehackt)
1 Stangen-Weißbrot, kleines
60 Gramm Butter

Von den Krabben 12 schöne Exemplare aussuchen und beiseite legen.

Die restlichen Krabben mit dem Quark im Mixer oder in der Küchenmaschine zu einer geschmeidigen Creme verarbeiten. Mit Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer und Zitronensaft kräftig abschmecken und denfein gehackten Dill gleichmäßig unterheben.
Die Krabben-creme kaltstellen.

Das Weißbrot in 12 etwa 1 1/2 cm dicke Scheiben schneiden und im Toaster rösten.

Das Weißbrot mit Butter, dann mit der Krabben-creme bestreichen. Jeweils ein Dill-zweiglein und eine Krabbe in die Mitte setzen. Auf einem Teller oder einer Platte anrichten.

Krabben-Sandwich

Menge: 1 Portion

2 Scheibe Vollkorntoastbrot
1 Esslöffel Remouladensauce
2 Salatblaetter
Pfeffer
100 Gramm Gurke
Zitronensaft
Dill
80 Gramm Krabbenfleisch

Brotscheiben mit Remouladensauce bestreichen. Auf eine Scheibe ein Salatblatt und in Scheiben geschnittene Gurke geben. Darauf die Krabben häufen, mit Zitronensaft, Dill und Pfeffer würzen, mit dem zweiten Salatblatt und Brotscheibe abdecken.

Pro Portion: 18 g Eiweiss, 8 g Fett, 21 g Kohlehydrate = 1,75 BE,
: 245 kcal/1029 kJ

Kräftiges Roggenbrot mit Backferment

Menge: 2 Portionen

für DEN VORTEIG

700 Milliliter Wasser, 40 Grad
700 Gramm Roggen; mittelfein gemahlen
1 1/2 Esslöffel Grundansatz
1 Teelöffel Backferment

für DEN HAUPTTEIG

360 Milliliter Wasser, 40 Grad
1 Esslöffel Jodsalz
1 Esslöffel Kümmel; kann entfallen
1 Esslöffel Koriander; kann entfallen
350 Gramm Weizen, mittelfein gemahlen
360 Gramm Roggen; mittelfein gemahlen
200 Gramm Nüsse oder ähnlich. ; kann
- entfallen

Der Vorteig wird am Abend zubereitet:
Dazu das 40 Grad warme Wasser (handwarm) mit dem Grundansatz und dem Back-ferment verrühren. Den Roggen beigeben, umrühren, fertig. Die Schüssel mit Frischhaltefolie oder einer anderen Bedeckung abdecken und in den Backofen stellen. Das Licht einschalten oder eine Glühbirne mit 25 Watt Verlängerungsschnur hineinlegen. (ca. 30 Grad im Innenraum des Backofens werden so erreicht)

Am nächsten Morgen das Salz in dem waren Wasser auflösen. Roggen, Weizen, die Gewürze und das Salzwasser sowie nach Belieben Nüsse zu dem Vorteig geben. Alles durchrühren und in 2 Kastenformen von 30 cm Länge füllen. Die Formen sind etwa halbvoll. Der Teig geht noch auf.
Die Formen müssen nun entweder mit Alufolie abgedeckt werden oder man nimmt eine Kastenform gleicher Größe und stülpt sie auf die Form, in der der Teig ist. Die Formen werden nun für 2 Stunden in den Backofen auf die unterste Schiene gestellt. (Weiterhin nur mit Licht)

Nach dieser Zeit stellt man den Backofen auf 210 Grad (Ober-Unterhitze, keine Umluft sie würde das Brot zu sehr austrocknen) und lässt das Brot 1 Stunde mit Abdeckung backen.

(Fortsetzung):
Dann wird die Folie oder die zweite Kastenform entfernt. Jetzt kann sich die Kruste bilden. Das Brot muss jetzt noch 30 Minuten bei 210 Grad backen. Dann schalte ich den Backofen aus und lasse das Brot noch 15 Minuten drin stehen.

Nach dem Ende der Backzeit werden die Brote auf ein Rost gestürzt. Am besten schmeckt das Brot nach 2 Tagen. Dann ist alles gut durchgezogen.

Möchte man einen Teil des Brotes einfrieren, geht das problemlos. Aber auch erst nachdem es 2 Tage ausgedünstet ist.

Unser Tipp:
Wenn der gekaufte oder selbstgemachte Grundansatz sich dem Ende neigt, nehme ich abends nach dem Verrühren der Zutaten die Menge Teig ab, die ich für's nächste Brot-backen benötige. Diesen Teig fülle ich in ein Schraub-Glas und stelle es in den Kühlschrank. Nach 3-4 Tagen ist er wieder zum Backen zu verwenden.

Kräuter-Brötchen

Menge: 1-2 Portionen

100 Gramm gemischte frische Kräuter
(Dill, Liebstöckel,
- Petersilie)
350 Gramm Mehl Typ 1050
150 Gramm Weizenschrot Typ 1700
1 Päckchen Trockenbackhefe
- Instant
1 Teelöffel Zucker
2 gestrichene Teelöffel. Vollmeersalz
frisch gemahlener Pfeffer
80 Gramm Pflanzenmargarine oder
- Butter
1 Ei (Größe M)
etwa 1/4 l Milch
1 Eigelb zum Bestreichen (Größe M)

Die Kräuter waschen, trocken tupfen und hacken. Beide Mehlsorten in eine Schüssel geben. Die Hefe mit einem Teil der lauwarmen Milch und dem Zucker verrühren. An warmem Ort etwa 15 Minuten gehen lassen. Hefe und die übrigen Zutaten mit dem Mehl verknoten, bis der Teig sich als Kloss vom Schüsselrand löst. Nochmals etwa 30 Minuten an warmem Ort gehen lassen. Etwa 10 - 12 Brötchen formen und mit verquirltem Eigelb bestreichen. Oben kreuzweise einschneiden. Im vorgeheizten Ofen backen.

Backzeit: 25 - 30 Minuten

Temperatur: 200 GradC Celsius

Kräuterbrot

Menge: 1 Portion

400 Gramm Weizen-Vollkornmehl
300 Gramm Weizenmehl (Type 550)
1 Packung Frische Hefe
** oder **
2 Packungen Trockenhefe
1 Teelöffel Zucker
350 ml Buttermilch
1 1/2 Teelöffel Jodsalz
1 Teelöffel Petersilie
1 Teelöffel Basilikum
1 Teelöffel Thymian
1 Teelöffel Majoran

Mehl mischen, in die Mitte eine Mulde drücken. Die Hefe mit dem Zucker und 5 Esslöffel. lauwarmem Wasser gut verrühren. Hefemischung in die Mehl-Mulde geben und zugedeckt an einem warmen Ort 30 Minuten gehen lassen, bis die Hefe Blasen wirft.

Lauwarme Buttermilch, Salz und Kräuter zum Mehl geben und mit den Knethaken des Handrührgerätes zu einem Teig verkneten. Den Teig zugedeckt an einem warmen Ort noch einmal 30 Minuten gehen lassen.

Anschließend auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche gut durchkneten, zwei Teigringe miteinander zu einer Kordel verdrehen und zu einem Ring schliessen. Abdecken und noch einmal gehen lassen, bis sich der Teig deutlich vergrössert hat. Mit Wasser bestreichen. Im Backofen bei 200 Grad Celsius 45 Minuten backen.

Kräuter-Brot 2

Menge: 1 Brot

350 Gramm Weißmehl
400 Gramm frisch gemahlener Dinkel
450 Gramm lauwarmes Wasser
2 Teelöffel Meersalz
42 Gramm Hefe
1 Esslöffel Honig
2 Esslöffel Sonnenblumenöl
100 Gramm Speckwürfel
2 Knoblauchzehen
1 Zwiebel
1 Bund Petersilie
Thymian
Salbei
Oregano

Die Hälfte des Weißmehls in eine Schüssel geben, in die Mitte eine Mulde drücken, die Hefe hineinbröckeln, etwas Wasser und den Honig dazugeben. Das Ganze vermischen und etwa eine halbe Stunde bei Zimmertemperatur gehen lassen. Die restlichen Mehle, Salz und das Öl dazugeben. Alles zu einem gleichmäßigen Teig verkneten. Während des Knet-vorgangs (mindestens 10-15 Minuten) das lauwarme Wasser nach und nach zugeben. Den Teig mit einem Tuch bedeckt 30-60 Minuten ruhen lassen. Währenddessen die Speckwürfel andämpfen, Knoblauch und Zwiebeln würfeln, die Kräuter waschen, abtropfen lassen, fein schneiden und zum Speck geben. Das Ganze kurz wenden und beiseite stellen. Den Teig auf der Arbeitsplatte aus-wellen und die gut abgekühlte Speck-Kräuter-Masse gleichmäßig darauf verstreichen. Den Teig zusammenrollen, in eine Kastenform geben, etwas gehen lassen und 40-45 Minuten im vorgeheizten Backofen bei 200 C backen. 15 Minuten nach dem Backen, das Brot vorsichtig aus der Form nehmen.

Kräuter-Brot 3

1 Baguette oder Meterbrot
125 Gramm Kräuterbutter
2 Ecken Kräuterschmelzkäse
1 Paket Tief kühl-Kräutermischung

Brot in 1 1/2 Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Kräuterbutter mit Kräuterschmelzkäse und Kräutern verrühren, Die Brotscheiben von einer Seite mit der Käsemasse bestreichen, wieder zu einem Brot zusammensetzen und in Alufolie wickeln, im Backofen backen, bis die Creme gut in das Brot eingezogen ist.

Schaltung:
200-220 Grad Celsius, 2. Schiebe-leiste von unten
170-190 Grad Celsius, Umluftbackofen
ca. 25-30 Minuten

Kräuter-Brot 4

Menge: 6 Portionen

2 Tief kühl-Kräuter der Provence
1 Knoblauchzehe; zerdrückt
Etwas Salz
150 Gramm Butter; weich
3 Baguettes

Kräuter mit Knoblauch, Salz und Butter verrühren. Baguettes der Länge nach halbieren, mit Kräuterbutter bestreichen, zusammensetzen. In Alufolie wickeln und auf dem Grill etwa 10 Minuten aufbacken.

Kräuter-Aufstrich

Menge: 1 Portion

1 großer Bund gemischt oder Kräuter
Oder
25 Gramm Tief kühl-Kräuter
100 Gramm Cottage Cheese
125 Gramm Creme fraîche
Jodsalz
Pfeffer frisch aus der Mühle

Für Babys und Kleinkinder: Cremiges fürs Brot
Bei diesen Aufstrichen wissen Sie - im Gegensatz zu Fertigprodukten - genau, was drin ist.

Kräuter waschen, gut trocken-tupfen und im Blitzhacker fein hacken. Cottage Cheese und die Creme fraîche zufügen und gut vermischen. Abschmecken. Haltbarkeit im Kühlschrank ca. 2 bis 3 Tage.

Insgesamt ca. 587 kcal.

Ein Blitzhacker, nach dem Markennamen auch Moulinette genannt, ist ein Arbeitsgerät zum Zerkleinern von Zwiebeln und Kräutern.

Krakauer Grütze mit Rosinen (Königs-Grütze)

Menge: 4 Portionen

1 Tasse Krakauer Grütze; siehe
- Begriff im Basisrezept
1 Ei (Größe M)
2 Tasse Milch
60 Gramm Butter
1/2 Vanilleschote; längs
- aufgeschnitten
4 Eigelb (Größe M)
4 Eiweiß (Größe M)
150 Gramm Zucker
Zitronenschale; gerieben
125 Gramm Rosinen
Butter; für die Form

ZUM GARNIEREN

Puderzucker
Sauerkirschen-Konfitüre

Auf diese Weise wurde diese Grütze angeblich in der Hofküche der Königin Anna Jagiellonka im Wahrschauer Schloss zubereitet.

Krakauer Grütze mit Ei vermischen und gut trocknen, mit kochender Milch, die mit Butter und Vanilleschote verfeinert wurde, übergießen.

Auf kleiner Flamme ein Weilchen kochen (auf einer Asbestplatte), jedoch nicht umrühren.

Fängt sie an dick zu werden, zugedeckt für 45 Minuten bei mittlerer Hitze in die Backröhre tun (zugedeckt, weil die Grütze während dieses Backens nicht bräunen darf).

Nach dem Backen abkühlen lassen, die Vanille herausnehmen.

Eigelb mit Zucker schaumig rühren, etwas geriebene Zitronenschale zugeben, sorgfältig unter die abgekühlte Grütze heben.

(Fortsetzung):
Rosinen und anschließend die zu Schnee geschlagenen Eiweiße zugeben.

In eine mit Butter gut ausgefettete Form geben und erneut bei mittlerer Hitze ungefähr 40 Minuten lang überbacken.

Dann die Grütze in eine runde Schüssel füllen, mit reichlich Puderzucker überstreuen und, mit Sauerkirschen-Konfitüre verziert, servieren, heiß oder kalt.

Kümmel-Brot

Menge: 1 Brot

30 Gramm Hefe
500 Gramm lauwarmes Wasser
675 Gramm feines Weizen-Vollkornmehl
5 Gramm Jodsalz
Kümmel

Hefe in lau-warmen Wasser sorgfältig auflösen. Alle Zutaten mit den Knethaken des Mixers zu einem Teig kneten. Den Teig in eine leicht mit Butter oder Schmalz vorgefettete Kastenform (30 cm) geben, mit dem Teigs-Patel glatt drücken und einen ca. 1/2 cm tiefen Längsschnitt anlegen. Das Brot in den nicht vorgeheizten Ofen geben, unterer Rost.

Backzeit:

15-20 Minuten bei 50-75 Grad zum Aufgehen des Teigs
40-45 Minuten bei 225-250 Grad zum Ausbacken des Brotes
Wichtig: In den warmen Ofen nur in der Form vorgegangenen Teig stellen.

Zur Not kann man auch weißen Mehl (also diese Typ 405) nehmen, aber mit Weizen-Vollkornmehl schmeckt es besser. Auf das Salz kann man auch verzichten, wenn dies aus gesundheitlichen Gründen nötig sein sollte.

Kürbis mit Käse-Brot-Füllung

Menge: 6 Portionen

1 Kürbis (2 1/2-3 kg)
250 Gramm Toast- oder Weißbrot
300 Gramm Greyerzer; gerieben oder
--mittel-alter Gouda
400 Gramm Creme fraiche
Jodsalz
Pfeffer frisch aus der Mühle
Muskat

Den ganzen Kürbis waschen. Einen Deckel abschneiden und beiseite stellen. Kerne, schwammiges Inneres samt wenig Fruchtfleisch auslösen. Toast- oder Weißbrot in Scheiben schneiden, beidseitig rösten, dann in Würfel schneiden.

Den Backofen auf 175 C vorheizen.

Ausgehöhlten Kürbis abwechselnd mit einer Schicht Brotwürfel, Reibkäse und einigen Esslöffel Creme fraiche füllen und würzen. So weiter verfahren, bis der Kürbis zu 3/4 gefüllt ist. Mit einer Schicht Creme fraiche abschließen. Den Deckel aufsetzen und den Kürbis in Alufolie wickeln. Kürbis auf der untersten Schiene des Backofens etwa 2 Stunden backen. Zum Servieren Folie und Deckel entfernen. Kürbis-Fleisch sorgfältig mit einer Schöpfkelle ablösen und mit der Brot-Käse-Masse zusammenmischen. Auf vorgewärmte Teller verteilen, mit reichlich Pfeffer aus der Mühle übermahlen.

Kürbis-Brot

Menge: 1 Brot

30 Gramm Hefe
125 Gramm Wasser, lauwarm
1 Esslöffel Honig
650 Gramm Weizen; fein gemahlen
200 Gramm Kürbis
100 Gramm Äpfel
60 Gramm Nüsse; gerieben
1/2 Zitrone; Saft
1 Prise Zimt
1 Prise Nelken
150 Gramm Dickmilch
2 Teelöffel Salz

Die Hefe in dem Wasser auflösen. Den Honig und die Hälfte des Mehls zufügen, gut durchkneten und ca. 20 Minuten zugedeckt gehen lassen.

Inzwischen den Kürbis schälen und grob raspeln. Den Apfel grob raspeln. Den Kürbis, die Äpfel, die Nüsse, den Zitronensaft und die Gewürze mischen. Mit den restlichen Zutaten zu dem Vorteig geben. Das restliche Mehl mit dem salz dazugeben. Den Teig in einer Schüssel etwa 5 Minuten kneten. Anschließend 30 Minuten gehen lassen. Den Teig entweder zu einem Laib formen oder in eine gefettete Kastenform füllen.

Nochmals 20 Minuten gehen lassen.

Das Kürbis-Brot auf der untersten Leiste in den kalten Backofen schieben und bei 210 Grad (Ober- Unterhitze) ca. 50-60 Minuten backen, bis sich das Brot beim Gegenklopfen hohl anhört.

Gleich zu Beginn des Backvorgangs ein flaches Schälchen mit kochendem Wasser auf den Backofen-Boden stellen.

Kürbis-Brot 2

Menge: 1 Brot

650 Gramm Weizen, frisch gemahlen
150 Gramm Roggen, frisch gemahlen
500 Gramm Kürbismus
40 Gramm Hefe
2 Esslöffel Honig
4 Esslöffel Butter
1/2 Teelöffel Ingwer gem.
Jodsalz (etwa 20 Gramm)

Kürbis einer beliebigen Sorte (geht nämlich auch mit Zucchini) schälen, in Stücke schneiden und mit wenig Wasser kurz zu Mus kochen. Dieses Mus wird anstelle der bei Hefeteig sonst angegebenen Flüssigkeit verwendet. Alles zusammen zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten.

Teig 45 Minuten ruhen lassen.

Teig teilen und zwei runde Brote formen. Von jedem Stück einen Teil von etwa Brötchengrösse abnehmen, rund wirken und obenauf setzen. Eventuell den Laib außenherum mehrmals einschneiden. (Mit Eigelb bestreichen) Auf ein Blech setzen. 15 Minuten ruhen lassen. Blech in den heißen Ofen schieben.

Backen: 20 Minuten bei 200 Grad mit Dampf, dann noch 10 Minuten bei 150 Grad ohne Dampf.

Ich stelle immer eine feuerfeste Schale mit Wasser in den noch kalten Backofen, bis er aufgeheizt ist, kocht das Wasser und dampft.

Schmeckt vorzüglich mit Butter bestrichen und Kürbis-Apfel-Marmelade.

Schmeckt auch gut zu pikanten Brotaufstrichen, dann aber im Rezept nur 1 Teelöffel Honig!!

Kürbiskern-Sonnenblumenkern-Brot

Menge: 1 Brot

1 Kilogramm Vollkornmehl
20 Gramm Jodsalz
40 Gramm Hefe
350 Milliliter Wasser Raumtemperatur
350 Milliliter Milch Raumtemperatur
100 Gramm Kürbiskerne
100 Gramm Sonnenblumenkerne

Hefe in eine Schüssel geben und mit der Flüssigkeit auflösen.
Übrige Zutaten beigeben, mischen und von Hand oder mit einem
Knet-Werk intensiv kneten.

Teig zugedeckt etwa 40 Minuten gehen lassen. Der Teig sollte schön
straff sein.

Teig teilen und zu runden oder langen Broten formen.

Auf mit Backpapier belegtes Blech legen und zugedeckt nochmals ca. 40
Minuten gehen lassen. Das Blech in den auf ca. 220 Grad C vorgeheizten
Ofen schieben und backen.

Varianten: wahlweise können im Teig auch Zwiebel-, Knoblauch-,
Speck-würfeln oder ein Teelöffel voll Kümmel mitgeknetet werden.

Backzeit etwa 40 Minuten.

Kürbiskern-Brot

Menge: 1 Portionen

350 Gramm Weizenvollkorn-Mehl
1 Würfel Hefe
1/4 Liter Milch; lauwarm
1 Teelöffel Honig
1 Teelöffel Salz
1 Teelöffel Koriander
1 Teelöffel Fenchel-samen
100 Gramm Mais-Knusperflocken
40 Gramm Butter
3 Esslöffel Kernöl
100 Gramm Kürbiskerne

Etwas Mehl, Hefe, mit 1/8 der Milchmenge und Honig verrühren, 30 Minuten zugedeckt gehen lassen. Mit restlichem Mehl, Milch, Salz, zerstoßenen Gewürzen, Maisflocken, Butter und Oel verkneten. Zugedeckt an einem warmen Ort 60 Minuten gehen lassen.

2/3 der Kürbiskerne unterkneten. Teig formen, auf einem gefetteten Blech zugedeckt 30 Minuten gehen lassen, dann bei 200 Grad 50 Minuten auf der unteren Einschub-leiste backen. Nach 35 Minuten mit den restlichen Kernen bestreuen.

Kürbis-tätschli

Menge: 4 Portionen

75 Gramm '2-Minuten'-Polenta-Grieß
75 Gramm Getreideflocken
2 Deziliter Gemüse-Bouillon
300 Gramm Kürbis-Fleisch
1 Zwiebel; gehackt
2 Knoblauchzehen; gepresst
2 Esslöffel Brat-Butter
Petersilie; gehackt
Schnittlauch
-- fein geschnitten
Meerrettich -- fein gerieben
1 Ei (Größe M)
50 Gramm Sbrinz; gerieben
-- oder Parmesan
1 Teelöffel Senf
1 Esslöffel Ketchup
2 Teelöffel Curry
;Jodsalz, ;Pfeffer

NACH BEDARF
Paniermehl

Polenta-Grieß und Getreideflocken mischen, Bouillon aufkochen und darüber gießen. 30 Minuten quellen lassen.

Kürbis-Fleisch durch die Rösti-Raffel reiben.

Die Hälfte der Brat-Butter nicht zu stark erhitzen, Zwiebel andünsten, Knoblauch dazupressen und glasig dünsten. Kürbis beifügen und unter zeitweiligem Wenden 5 Minuten mit dünsten. Zur Flocken-Mischung geben.

Ei verklopfen, mit allen restlichen Zutaten zur Kürbis-Mischung geben, die Masse von Hand gut verarbeiten, mit Salz und Pfeffer abschmecken und zu Taetschli - Brätlinge - formen. Ist die Masse zu feucht, die Taetschli in Paniermehl wenden.

Restliche Brat-Butter erwärmen und die Kürbis-tätschli auf mittlerer Hitze beiseitig braten.

Dazu: eine große Schüssel Salat.

Käsebrötchen

Menge: 20 Brötchen:

40 Gramm Hefe
1 Teelöffel Jodsalz
320 Gramm Sauermilch
50 Gramm weiche Butter
1 Teelöffel gemahlener Kümmel oder
-Koriander
350 Gramm Weizen, fein gemahlen
150 Gramm Roggen, fein gemahlen
200 Gramm Allgäuer Emmentaler Käse

Zum Bestreichen:

1 Eigelb (Größe M)
2 Esslöffel Wasser

Zum Bestreuen:

Kümmel, Mohn oder
-gerösteter Sesam

Verrühren Sie die Hefe und das Jodsalz in der Milch und rühren Sie dann die Butter schaumig. Die Gewürze geben Sie nun dazu und rühren die Hefe-Milch sowie die Hälfte des Mehls abwechselnd unter. Den Käse reiben danach und mengen ihn unter. Die restliche Milch arbeiten Sie bitte unter. Dann kneten Sie den Teig gründlich bis er glatt und geschmeidig ist. Nun lassen Sie ihn zugedeckt auf etwa das Doppelte aufgehen (das dauert etwa 30 - 40 Minuten). Danach kneten Sie den Teig kurz durch, formen eine Kugel und schneiden sie in 4 gleiche Teile. Aus jedem Teil rollen Sie bitte eine Walze und schneiden davon 5 gleichgroße Stücke ab. Dann formen Sie Runde oder längliche Brötchen. Danach verquirlen Sie das Eigelb mit dem Wasser und bestreichen die Brötchen damit. Nach Wunsch können Sie die Käse-Brötchen auch mit Kümmel, Mohn oder Sesam bestreuen und dann Festdrücken. Jetzt lassen Sie die Brötchen noch etwa 10-15 Minuten an einem warmen Ort gehen.

Währenddessen heizen Sie bitte den Backofen auf 220 Grad Celsius (Oberhitze/ Unterhitze) oder auf 196 Grad Celsius (Heißluft) vor und stellen eine flache Schale mit Wasser auf den Boden des Backofens..

(Fortsetzung):
Das Backblech schieben Sie anschließend auf der mittleren Leiste in den Backofen. Gleichzeitig schalten Sie den Temperaturregler des Backofens auf 250 Grad Celsius (Oberhitze/Unterhitze) oder auf 225 Grad Celsius (Heißluft). Nach etwa 10 Minuten schalten Sie den Backofen bitte um 50 Grad Celsius zurück und backen die Brötchen in etwa 20 Minuten fertig..

Zubereitung-Zeit: 80 Minuten
Backzeit: 30 - 35 Minuten

Käse-schnitten mit Pfifferlingen

Menge: 1 Portionen

2 Schwarzbrot
Butter
2 oder Ecken Schmelzkäse
1 kleine Zwiebel
Pfeffer
1/2 Dose Pfifferlinge
Salz
Petersilie

Menge im Original-Rezept für 1-2 Personen ausreichend.

Schwarzbrot-scheiben buttern, mit Käse bedecken, Zwiebel und Pfeffer daraufstreuen, im vorgeheizten Grill oder Backofen (höchste Hitze stufe) erhitzen, bis der Käse zu schmelzen beginnt. Herausnehmen, halbierte und abgetropfte Pfifferlinge auf den weichen Käse legen, leicht salzen (oder die Pilze mit Reibkäse bestreuen), nochmals in den Ofen schieben und die Pilze heiß werden lassen. Mit Petersilie garniert anrichten, nach Belieben leicht gesalzene Tomaten achtel dazu reichen.

Zubereitung : ca. 10 Minuten

Kümmel-Fladen

Menge: 20 Brötchen:

40 Gramm Hefe
1 Teelöffel Jodsalz
320 Gramm Sauermilch
50 Gramm weiche Butter
1 Teelöffel gemahlener Kümmel oder -Koriander 350 Gramm Weizen, fein gemahlen
150 Gramm Roggen, fein gemahlen
200 Gramm Allgäuer Emmentaler Käse

Zum Bestreichen:
1 Eigelb (Größe M)
2 Esslöffel Wasser

Zum Bestreuen:

Kümmel, Mohn oder
-gerösteter Sesam

Die Hefe und das Salz in der Milch verrühren. Die Butter schaumig rühren. Die Gewürze zugeben, die Hefe-Milch und die Hälfte des Mehls abwechselnd unterrühren. Den Käse reiben und untermengen. Das restliche Milch unterarbeiten. Den Teig gründlich kneten bis er glatt und geschmeidig ist. Zugedeckt auf das Doppelte aufgehen lassen (30 - 40 Minuten). Danach den Teig kurz durchkneten, eine Kugel formen und in 4 gleiche Teile schneiden. Aus jedem Teil eine Walze rollen und 5 gleichgroße Stücke davon abschneiden. Runde oder längliche Brötchen formen. Das Eigelb mit dem Wasser verquirlen und die Brötchen damit bestreichen; nach Wunsch mit Kümmel, Mohn oder Sesam bestreuen und festdrücken. Die Brötchen noch 10 Minuten gehen lassen.

Inzwischen den Backofen auf 220° vorheizen und eine flache Schale mit Wasser auf den Backofen-Boden stellen.

Blech auf der mittleren Leiste in den Herd schieben. Gleichzeitig den Temperaturregler auf 250° C schalten. Nach 10 Min. auf 200° C zurückschalten und die Brötchen in etwa 20 Minuten fertig backen.

Eine Kugel rollen und platt drücken (1 cm dick), mit verquirltem Eigelb bestreichen, ein Rautenmuster einritzen und die Fladen mit Kümmel bestreuen (festdrücken!).

Zubereit.: 80 Minuten
Backzeit: 30 - 35 Minuten

Kürbis-Brot

Menge: 1 Portionen

1 Würfel Hefe
125 Milliliter Wasser, lauwarmes
1 Honig
600 Gramm Weizenvollkorn-Mehl, fein
-gemahlen
200 Gramm Kürbis
1 Apfel
60 Gramm Nüsse, geriebene
1/2 Zitrone
1 Prise Zimt
1 Prise Nelken-Pulver
150 Gramm Dickmilch
2 Teelöffel Meersalz

Die Hefe im lauwarmen Wasser auflösen, den Honig und die Hälfte des Mehls zufügen, gut durchrühren und gehen lassen. Inzwischen den Kürbis schälen und grob raspeln. Den Apfel waschen, vom Kerngehäuse befreien und ebenfalls grob raffeln. Kürbis, Apfel, Nüsse, Zitronensaft, Gewürze, Dickmilch und Salz verrühren und zu dem Vorteig geben. Das restliche Mehl unterkneten und 30 Minuten gehen lassen. Dann den Teig noch einmal gut durchkneten, ein Brot formen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Noch einmal ca. 20 Minuten gehen lassen. Dann das Blech in den Backofen schieben und backen.

Kürbis-Brot 2

Menge: 20 Scheiben

500 Gramm Vollkornmehl
1 Paket Trockenhefe
1 Teelöffel Jodsalz
2 Esslöffel Kürbiskernöl
100 Gramm Kürbis-Fleisch
50 Gramm Kürbiskerne
300 Milliliter Wasser
Mehl
Fett

Mehl, Hefe, Salz, Öl und lauwarmes Wasser zu einem glatten Teig verarbeiten. Zugedeckt etwa 2 Stunden gehen lassen.

Kürbis-Fleisch fein raspeln und unter den Brotteig kneten. Auf einer bemehlten Fläche daraus eine lange Rolle formen; die Rolle so verschlingen, dass ein Knoten entsteht.

Mit etwas Wasser befeuchten und mit den gehackten Kürbiskernen bestreuen. Auf ein gefettetes Blech geben. Im vorgeheizten Ofen etwa 50 Minuten backen.

Zubereitung-Zeit.: 65 Minuten, 2 Stunden Wärme zufuhr

E-Herd: Grad: 200
Gasherd: Stufe: 3
Umluft: Grad: 175

Kürbis-Brötchen

Menge: 16 Stück

300 Gramm Kürbis; geschält gewogen
1 Deziliter Wasser
500 Gramm Mehl
30 Gramm Hefe
2 Deziliter Lauwarme Milch
1 Teelöffel Jodsalz
1 Prise Muskat
1 Eiweiß (Größe M)
2 Esslöffel Kürbiskerne

Den Kürbis in Stücke schneiden. Mit Wasser in eine Pfanne geben und zugedeckt weich kochen. Abschütten, gut abtropfen lassen und noch warm im Mixer-Glas oder mit dem Stab-Mixer pürieren.

Ein Esslöffel des noch warmen Kürbis-Pürees mit der Hefe verrühren. Das Mehl in eine Schüssel sieben. Kürbis-Püree, Kürbis-Hefe, Milch, Salz und Muskat beifügen. Alles während fünf bis acht Minuten zu einem glatten, eher weichen Teig kneten; wenn nötig noch etwas Mehl zugeben. Die Schüssel mit einem feuchten Tuch decken und den Teig an einem warmen Ort um das Doppelte aufgehen lassen.

Den Teig in Stücke teilen. Auf der bemehlten Arbeitsfläche zu Kugeln formen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen. Mit Eiweiß bepinseln und mit einigen Kürbiskernen belegen. Die Brötchen nochmals fünfzehn Minuten aufgehen lassen.

Die Brötchen im auf 200 Grad vorgeheizten Ofen auf der zweit-untersten Rille während fünfundzwanzig bis dreißig Minuten backen. Auf einem Kuchen-Gitter auskühlen lassen.

Unser Tipp:
Die Brötchen mit Rauch-Lachs-Tranchen oder feinem Käse füllen oder zu Salat servieren.

Lachs-Röllchen auf Pumpernickel

Menge: 12 Portionen

100 Gramm Lachs, geräuchert
200 Gramm Doppelrahm-Frischkäse
100 Gramm Margarine
1 Esslöffel Meerrettich, aus dem Glas
1 Esslöffel Mayonnaise
1 Teelöffel Zitronensaft
1 Zucchini, sehr kleine
Jodsalz
Pfeffer
1 Prise Zucker
12 Scheiben Pumpernickel
Dill
Kaviar

Lachsscheiben auf einem großen Stück Frischhaltefolie zu einem Rechteck ausbreiten. Für die Füllung Frischkäse und die Hälfte der Margarine cremig verschlagen. Nach und nach Meerrettich, Mayonnaise und Zitronensaft zufügen und verrühren.

Zucchini waschen, trocken tupfen. Die Hälfte davon fein würfeln. Zur Frischkäsemasse geben und mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker abschmecken. Die Masse gleichmäßig auf dem vorbereiteten Lachs verstreichen. Von der Längsseite her aufrollen und in der Folie mindestens 2 Stunden kühl stellen.

Mit einem scharfen Messer in Scheiben schneiden. Pumpernickelsch-Liben mit Margarine bestreichen. Restliche Zucchini in dünne Scheiben schneiden. Mit den Lachs-Röllchen auf dem Pumpernickel anrichten. Mit Dill und Kaviar garnieren.

Hinweis: Diabetiker tauschen den Zucker gegen Fruchtzucker aus!

Lachs-Sandwich

Menge: 1 Portion

50 Gramm Graved-Lachs in Scheiben,
60 Gramm Gurke,
2 Körner-Brot,
25 Gramm Joghurt-Salat-Creme,(
zum Beispiel von Thomy)
1 Dill,
Pfeffer aus der Mühle,
Dill,
Zitrone,

1) Gurke fein hobeln. Brot mit etwas Salat-Creme bestreichen.

2) 1 Brotscheibe mit Gurke und Lachs-Scheiben belegen. Restliche Salat-Creme auf den Lachs verstreichen, mit Dill und Pfeffer bestreuen. Mit der 2.Brotscheibe bedecken, mit Dill und Zitrone garnieren.

Ladiner Brot

Menge: 1 Brot

400 Gramm Weizenmehl
200 Gramm RoggenvollkornMehl
1 Teelöffel Zucker
40 Gramm Hefe
1/4 Liter lauwarme Milch
1 Ei (Größe M)
1 Teelöffel Jodsalz
1/2 Teelöffel gemahlener Koriander
1 Esslöffel Leinsamen (20 Gramm)
Mehl zum Formen
Margarine zum Einfetten
Milch zum Bestreichen
1 Esslöffel grob gemahlener Koriander
-zum Bestreuen

Mehl in einer Schüssel mischen, eine Vertiefung eindrücken, die Hefe hineinbröckeln, mit Zucker und Milch verrühren und 15 Minuten zugedeckt und warm gestellt gehen lassen.

Ei, Salz, Koriander und Leinsamen zum Teig geben, alles gut durchkneten und kräftig schlagen. Nochmals 20 Minuten gehen lassen.

Aus dem Teig mit bemehlten Händen 5 Kugeln formen. Ein Backblech fetten und mit Mehl bestreuen. Die Teig-kugeln zu etwa 1 cm dicken Fladen ausrollen, auf das Blech legen und nochmals 20 Minuten gehen lassen. Mit Milch bestreichen und mit Koriander bestreuen.

Den Ofen auf 220° vorheizen. Das Blech auf der mittleren Schiene einschieben und das Brot 20 Minuten garen und bräunen.

Laugenbrezel

Menge: 14 Stück

1 Würfel Hefe
1 Teelöffel Zucker
500 g Mehl (Type 550)
1 Esslöffel Salz
2 Esslöffel Natron (Natriumcarbonat)
2 Esslöffel grobes Salz zum Bestreuen

Für den Vorteig zerbröckelte Hefe mit dem Zucker in 3/8 Liter lauwarmem Wasser auflösen. Zugedeckt an einem warmen Ort 10 Minuten gehen lassen.

Mehl und Salz in einer Schüssel mischen. Vorteig unter Rühren zufügen. Alles zu einem glatten Teig kneten. Zugedeckt zur doppelten Größe aufgehen lassen.

1,5 Liter Wasser in einem Topf aus Emaille oder Glas zum Kochen bringen. Natron zufügen und 10 Minuten sprudelnd kochen lassen.

Teig nochmals kneten, zu einer Rolle formen und in 14 Portionen teilen. Jedes Stück ausrollen und zu einer Brezel schlingen.

Die Brezeln einzeln mit einem Schaumlöffel für je 20 Sekunden in die Natronlauge tauchen. Abtropfen lassen und mit Salz bestreuen.

Backblech mit Backpapier auslegen. Die Brezeln darauf geben und im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Gas: Stufe 3) 20 Minuten backen.

Laugenbrezeln 2

500 Gramm Mehl
1 Packung. Trockenhefe
200 Milliliter Lauwarmes Wasser
Zucker
Jodsalz
20 Gramm Weiche Butter
150 Milliliter Lauwarme Milch

Aus den Zutaten einen Teig anrühren und solange stehen lassen, bis er etwa doppelt so hoch ist. Den Teig dann nochmals durchkneten und ihn in 15 Portionen teilen. Jedes Teilstück zu einem etwa 30 cm langen Strang ausrollen. In der Mitte etwas dicker als an den Enden. Zu Brezeln formen. Den Backofen auf 230 Grad C vorheizen. In einem großen Topf 3 l Wasser mit 300 g Natriumcarbonat zum Kochen bringen. Die Brezeln der Reihe nach hineinlegen und mit einer Schaumkelle sofort herausnehmen, wenn sie an der Oberfläche erscheinen. Mit Eigelb bestreichen und grobem Salz bestreuen. Auf ein bemehltes Backblech legen. Kurz vor dem Backen das restliche Wasser in die Fett-Auffangschale im Backofen gießen und die Tür sofort schließen, damit sich der Ofen mit Dampf füllt. Die Temperatur auf 200 Grad Celsius herunterschalten und die Brezeln ca. 30 Min. auf der Mittel-Schiene backen, bis sie braun sind. Damit die Brezeln noch lockerer werden, kann man sie vor dem Backen noch 10 Min. auf dem Blech gehen lassen.

Laugenbrezeln,-Brötchen oder -Hörnchen

Menge: 12 Stück

Teig

500 Gramm Weizenmehl Type 405
25 Gramm Hefe
1/2 Teelöffel Zucker
3/10 Liter lauwarmes Wasser
1 gestrichener Teelöffel Meersalz

zum Bestreuen
grobes Meersalz

Sonstiges
100 Gramm Kristall-Soda (Apotheke)

Aus den Teig-Zutaten einen Hefeteig zubereiten.
Den gegangenen Teig durchkneten, in etwa 12 Teile teilen und je nach Wunsch Brezeln, Brötchen, oder Hörnchen formen. Das fertig geformte Gebäck nochmals 15 Minuten gehen lassen. In 1 -reichlich bemessenen- Liter Wasser das Kristall-Soda zum kochen bringen. Das gegangene Gebäck sorgfältig umdrehen, auf einer Schaumkelle legen, in das kochende Wasser legen, einmal aufkochen lassen und abgetropft. Geformte Brötchen kreuzweise mit einem scharfen Messer einschneiden. Das Gebäck mit groben Salz bestreuen und in der vorgeheizten Röhre, untere Schiene, zu schöner Farbe backen.

Info:
Stückzahl: 10-14
Back-hitze: E-Herd 220 Grad, E-Herd Stufe 4, Heißluft 200 Grad
Backzeit: weicher 20 Minuten: knuspriger 30 Minuten

Laugenbrötchen

Für den Teig

1 Würfel frische Hefe (42 Gramm)
300 Milliliter lauwarmes Wasser
500 Gramm Weizenmehl (Type 405)
1 gestrichener Esslöffel Jodsalz

Außerdem

2 Liter Wasser
10 Gramm Natron (aus der Apotheke)
1 Esslöffel grobes Salz

1. Hefe zerbröckeln und in 100 ml lauwarmem Wasser auflösen. Mehl in eine Schüssel geben, in die Mitte eine Mulde drücken. Aufgelöste Hefe hineingießen, etwas von dem Mehl darüberstreuen. Zugedeckt an einem warmen Ort ca. 10 Minuten gehen lassen.

2. Restliches Wasser und Salz zugeben und alles verkneten.

3. Teig zu einer Rolle formen und in 12 gleich große Stücke teilen. Zu Eiern formen und noch einmal 10 Minuten gehen lassen.

4. Wasser mit Natron zum Kochen bringen. Brötchen einzeln mit der Schaumkelle 1 Minute in das kochende Wasser tauchen. Brötchen anschließend nebeneinander auf ein mit Backpapier belegten Backblech setzen und mit grobem Salz bestreuen.

5. Im vorgeheizten Backofen bei 225° (Umluft 190°, Gas: Stufe 4) ca. 20 Minuten backen.

Zusatz :

: Backzeit
: 20 Minuten

: Vorbereitungszeit
: 30 Minuten

Laugenstangen

Menge: 10 Stangen

500 Gramm Mehl
1 Päckchen Hefewürfel
1 Teelöffel Zucker
1/2 Teelöffel Jodsalz
1/4 Liter Wasser,lauwarm
40 Gramm Butter

Für die Lauge

1 Liter Wasser
10 Gramm Soda (NA2CO3) (*)
1 Esslöffel Jodsalz

Zum Bestreuen

2 Esslöffel Salz, grob

Aus Mehl, Zucker, Hefe und etwas lauwarmem Wasser Teig kneten und 15 Minuten gehen lassen. Salz, restliche warmes Wasser und Butter dazugeben und wieder 30 Minuten gehen lassen. In ca. 10 Stangen formen und wieder 15 Minuten gehen lassen.

Inzwischen die Lauge zubereiten. Dazu Wasser mit Na2CO3 und Salz aufkochen. Die Teig-Stangen 1 Minute in der Lauge ziehen lassen.

Abgetropft auf Backblech geben und mit dem groben Salz bestreuen. Im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad C 30 Minuten backen.

(*) Bei Verwendung von Natron NAHCO3 wegen des geringeren Natrium-Anteils die doppelte Menge nehmen.

Lefser (norwegisches Fladenbrot)

Menge: 1 Brot

250 Gramm rohe Kartoffeln
225 Kubikzentimeter kaltes Wasser
300 Gramm Roggenmehl
150 Gramm Weizenmehl
3 Prisen Jodsalz
etwas Mehl zum Ausrollen

Kartoffeln schälen, waschen, abtropfen lassen und fein reiben.
Wasser, Mehl und Salz hinzufügen und das Ganze verrühren.

Den Teig über Nacht stehenlassen und am nächsten Morgen (ach so, ich vergaß zu sagen, dass dieses Brot zum Frühstück frisch gebacken und noch warm serviert wird) noch einmal kräftig durchkneten.

Den Teig dünn ausrollen (etwa 2-3 mm) und Untertassen-grosse Fladen ausschneiden. Die Fladen nicht zu dicht nebeneinander auf ein un gefettetes Backblech legen. Insgesamt ergibt das Rezept etwa 3 Bleche, also gut 20 bis 25 Stück.

Wegen der sehr kurzen Backzeit den Backofen vorheizen: 220 Grad bei Ober-/Unterhitze bzw. 190 Grad bei Umluft.

Die Fladen 6 Minuten backen, dann umdrehen und noch einmal 6 Minuten backen und noch warm servieren.

Nicht erschrecken, die Fladen sind innen noch etwas klebrig, auch wenn sie gar sind! Lagerfähig sind sie allerdings nicht, höchstens bis zum Abend, und selbst dann empfiehlt sich, die Dinger auf dem Toaster noch einmal aufzubacken.

Leinsaat-Brot

Menge: ein Brot von 850 Gramm

350 Milliliter Wasser
1 Esslöffel Essig
250 Gramm Vollkorn-Roggenschrot
250 Gramm Weizenmehl T. 1050
1 Esslöffel Jodsalz
1/4 Teelöffel Kümmel, gemahlen
20 Gramm Hefe
50 Gramm Leinsamen-Körner

Programm: normal
Bräunung: dunkel

Das Brot geht nicht sehr stark und ist recht
kompakt. Die Leinsaat-Körner habe ich beim ersten Versuch gleich zu
Beginn mit in die Back-Maschine getan, ohne daß es Komplikationen gab.

Leinsamenbrot

Menge: 1 Brot

Für den Teig

70 Gramm Leinsamen
100 Gramm kernige Haferflocken
500 Gramm Weizenmehl Type 550 oder 630
1 Karton Trockenhefe
etwa 1/4 l lauwarmes Wasser
1 Esslöffel Salz

Zum Bestreuen

2 Esslöffel kernige Haferflocken
2 Esslöffel Leinsamen

1. Leinsamen in einer Schüssel mit kochendem Wasser übergießen und eine halbe Stunde quellen lassen. Anschließend die Samen in ein Sieb geben, kalt abspülen und gut abtropfen lassen.

2. Haferflocken, Mehl und Hefe gut mischen. Anschließend Wasser, Leinsamen und Salz hinzufügen und alles mit dem Knethaken des Handrührgerätes so lange kneten, bis sich der Teig vom Rande löst. Dann 40 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen.

3. Teig noch einmal kurz durchkneten, ein längliches Brot daraus formen und dieses auf ein gefettetes Backblech legen und noch weiter 15 Minuten zugedeckt gehen lassen.

4. Das Brot mehrmals quer 1 cm tief einschneiden, gut mit Wasser bepinseln und Haferflocken und Leinsamen darüberstreuen. Bei 250° auf der 2. Schiene von unten 10 Minuten backen, dann auf 200° herunterschalten und weiter 35-45 Minuten backen.

Leinsamenbrot 2

Menge: eine Kastenform, 30 Zentimeter

300 Gramm Weizenvollkorn-Mehl
200 Gramm Roggenmehl
450 Milliliter Buttermilch (lauwarm)
50 Gramm Leinsamen
1/2 Würfel Frisch-Hefe (20 Gramm)
1 gehäufter Teelöffel Jodsalz
50 Gramm Butter (zur Not auch
- Margarine, Schmalz)

Alle Zutaten in einer Schüssel gut verkneten. Mit dem elektrischen Rührgerät etwa 3 Minuten auf höchster Stufe. Dann die Schüssel abdecken und den Teig etwa 1/2 Stunde gehen lassen. Anschließend kurz durchkneten und in die Kastenform füllen, wieder zudecken und weitere 30-45 Minuten gehen lassen. Den Backofen auf Elektro:225 Grad, Heiß-Luft: 180 Grad, Gas 3-4 vorheizen und ca. 45 Minuten backen. Nach dem Backen aus der Form nehmen und gut auskühlen lassen.

Den Teig kann man auch sehr gut mit Sonnenblumenkernen, Kümmel, Zwiebeln, Weizenkleie oder Weizenkeimen variieren.

Litauisches Brot mit Hüttenkäse und Speck

Menge: 1 Brot

50 Milliliter Pflanzenöl
175 Gramm Magerer Speck, fein gehackt
2 Esslöffel Fein-gehackte Zwiebel
50 Milliliter Honig
175 Milliliter Milch
1 Ei (Größe M)
175 Gramm Hüttenkäse
150 Gramm Vollkornmehl
150 Gramm Weizenmehl
2 Teelöffel Backpulver
1/2 Teelöffel Back-natron
1 Teelöffel Jodsalz

Das Pflanzenöl in einem kleinen Topf bei mittlerer Hitze erhitzen. Den Speck darin einige Minuten anbraten. Die Zwiebel dazugeben und halb gar-dünsten. Denn den Honig hinzufügen, erhitzen und von der Herdplatte nehmen. Die Milch, das Ei und schließlich den Hüttenkäse unterrühren. Alles gut vermischen und beiseite stellen. Die beiden Mehlsorten zusammen mit dem Backpulver, Back-natron und Salz in eine große Schüssel sieben. In der Mitte eine Mulde formen, die Hüttenkäse-Mischung hinein-gießen und vorsichtig einarbeiten. Den Backofen auf 190 Grad vorheizen. Den Brotteig in eine gefettete und mit Mehl bestreute Kastenform streichen. Die Oberfläche des Brotlaibes mit einem Spachtel glätten und die Form zweimal auf eine harte Fläche fallen lassen, um eventuelle Luftblasen zu entfernen. In ca. 45-50 Minuten goldbraun backen. Das Brot 15 Minuten auf einem Draht-rost abkühlen lassen und dann aus der Form lösen. Vor dem Servieren vollständig auskühlen lassen.

MEHRKORN-BROT "SAVOY"

Menge: 4 Portionen

400 Gramm Mehrkorn-Brot
500 Gramm Frischer Blattspinat
3 Fleischtomaten
350 Gramm Raclettekäse in Scheiben
1/8 Liter Trockener Weißwein
1/8 Liter Sahne
1 Knoblauchzehe
Muskatnuss
Jodsalz
Pfeffer

Brot in Scheiben schneiden. Spinat nach Anweisung zubereiten, mit durchgepresstem Knoblauch, Salz und Pfeffer würzen. Wein mit Sahne verrühren, die Brote damit tränken. Tomaten in Scheiben schneiden. In eine gefettete Auflaufform abwechselnd Brotscheiben, Spinat, Käse- und Tomaten-Scheiben schichten, würzen. im vorgeheizten Ofen bei 175 Grad Celsius etwa 45 Minuten garen.

Zu dieser Spezialität aus dem deutsch-Schweizer Grenzland schmeckt am besten ein Silvaner.

Magenbrot

Menge: 1 Brot

250 Gramm Honig, 250 Gramm Zucker, 500 Gramm Mehl
25 Gramm Zwieback, gemahlen, 1 Teelöffel Zimt
1/4 Teelöffel Nelken-Pulver, 50 Gramm Orangeat; gewürfelt
50 Gramm Zitronat; gewürfelt, 50 Gramm Haselnüsse; gehackt
1 1/2 Teelöffel Hirschhornsalz, 125 Milliliter Milch

Glasur
300 Gramm Zucker, 1 Deziliter Wasser
35 Gramm Dunkle Schokolade

Honig und Zucker in einer Pfanne unter Rühren auf 60 Grad erwärmen (unbedingt mit Thermometer prüfen).

Alle restliche Zutaten - außer Hirschorn-salz und Milch - in einer Schüssel mischen; Hirschhornsalz mit dem Milch anrühren, mit der Honig-lösung zugeben, alles zusammen fügen und kurz kneten. Zugedeckt bei Zimmertemperatur über Nacht stehen lassen.

Den Teig in 8 Teile (bezogen auf 1 Rezept) schneiden, diese mit den Händen zu 2 cm dicken Rollen formen und mit mindestens 4 cm Abstand auf mit Back-trenn-papier belegte Bleche legen. Ca. 15 Minuten in der Mitte des auf 180 Grad C vorgeheizten Ofens backen.

Nach dem Abkühlen schräg in 2 cm dicke Scheiben schneiden.

Für die Glasur, Zucker mit Wasser unter Rühren aufkochen, ca. 2 bis 3 Minuten unter Rühren weiterkochen. Die zerbröckelte Schokolade zugeben und aufschmelzen.

1/4 der Magenbrot-Stücke in eine Schüssel geben, unter Wenden mit ca. 1/4 der siedenden Glasur beträufeln, so dass die Magenbrot-Stücke gut belegt werden. Auf Back-trenn-papier verteilen. Mit dem restlichen Gebäck gleich verfahren.

Beachten: zu dünne Glasur überzieht das Magenbrot schlecht; dann nochmals kochen. Zu dicke Glasur bröckelt sofort: mit Wasser leicht verdünnen und wieder erwärmen.

Magenbrot in einer verschließbaren Dose aufbewahren.

Maisbrot

Menge: 1 Brot

300 Gramm Weizenmehl
20 Gramm Hefe
etwas Zucker
3/8 Liter Wasser, lauwarm
1/2 Teelöffel Jodsalz
200 Gramm Maismehl

BEACHTEN:
Falls grob gemahlenes Mais verwendet wird, muss man es unbedingt über Nacht einweichen, damit es später dem Teig kein Wasser mehr entziehen kann. Sonst wird der Teig zu trocken und bröselig, kann kein Gerüst mehr bilden und bricht beim Backen auseinander.

Etwas Mehl, zerbröckelte Hefe und Zucker mit dem Wasser in einer Schüssel rühren. An einem warmen Ort 30 Minuten gehen lassen.

Das restliche Mehl mit dem Salz und dem Maismehl vermischt darüber sieben. Alles zu einem festen Teig kneten.

Zu einer Kugel geformt unter einem Tuch eine weitere halbe Stunde gehen lassen.

Den Teig erneut durchwalken. Eine Laib daraus formen und in eine gefettete Kastenform (1.5 Liter Inhalt für 1 Brot) legen und zugedeckt etwa eine Stunde gehen lassen.

Die Oberfläche mit Wasser einstreichen und das Brot bei 225 Grad 50 bis 60 Minuten backen. Danach erneut mit Wasser bepinseln.

Maisbrot 2

200 Gramm Maismehl
600 Gramm Weizenmehl
1 Päckchen Trockenhefe
Jodsalz
etwas Zucker
50 Gramm Butter
1 Ei (Größe M)
2 Deziliter Milch

Alle trockenen Zutaten mischen, mit Butter vermengen. Ei und Milch vermischen und dazugeben.

Teig von Hand gut kneten und so lange Milch zugeben bis ein fester Teig entsteht (wie Brotteig).

2 Stunden ruhen lassen.

Im Backofen bei mittlerer Hitze etwa 45 Minuten backen.

Maisbrot mit Pfefferschoten und Erdnüssen

Menge: 12 Portionen

250 Gramm Maisgriess (Polenta)
125 Gramm Mehl
1 Päckchen Backpulver
1 Teelöffel Jodsalz
1/2 Esslöffel Rohrzucker
Muskatnuss; frisch gerieben
1/2 Teelöffel Zimt
Schwarzer Pfeffer
Weißer Pfeffer
1/2 Bund Thymian
25 Gramm Grüne Peperoni
65 Gramm Cheddar, alt
3 Eier (Größe M)
200 Milliliter Geflügelfond (Glas)
1 Knoblauchzehe
65 Gramm Butter; weich
50 Gramm Erdnüsse, gesalzen
Fett für die Form

Maisgriess, Mehl, gesiebtes Backpulver, Salz, Zucker, Muskat, Zimt und Pfeffer in einer Rührschüssel mit einem Schneebesen mischen. Die Thymian-blätter von den Stielen zupfen, die Hälfte grob hacken und unter das Mehl mischen. Die Peperoni längs aufschlitzen, entkernen und quer in feine Streifen schneiden. Den Cheddar fein raspeln. Die Eier mit dem Fond verschlagen. Den Knoblauch pellen, durchpressen und dazugeben. Mit den Quirlen des Handrührers unter die Mehlmischung rühren. Peperoni, Käse und Butter-Stückchen unterschlagen, dann die Erdnüsse unterrühren.

In eine gefettete Form füllen und glattstreichen. Mit dem restlichen Thymian bestreuen. Im vorgeheizten Backofen bei 175 C auf der 2. Schiene von unten 40-45 Minuten backen. In Würfel schneiden und warm servieren.

Maismehlteig

Menge: 1 Brot

Maismehl
Wasser
Jodsalz

Maismehl mit Wasser und etwas Salz mischen und gut durchkneten, bis ein geschmeidiger Teig entsteht.

Häufig entstehen aus frischem Maismehl-Teig Klösse als Beilage zu Suppen, Saucen, Fleisch- und Gemüsegerichten. In vielen Regionen Westafrikas lässt man den Teig jedoch mehrere Tage gären, bevor er verarbeitet wird. Zu diesem Zweck bedeckt man ihn mit einem Tuch und lässt ihn fünf Tage in einem kühlen Raum - keinesfalls im Kühlschrank - stehen.

Mais-Pfannkuchen auf Basilikum-Quark

Menge: 4 Portionen

280 Gramm Maiskörner aus der Dose
5 Eier (Größe M)
1/4 Liter Milch
150 Gramm Weizenvollkorn-mehl
1/2 Bund Basilikum
1 Knoblauchzehe (oder 2)
400 Gramm Magerquark
150 Gramm Vollmilchjoghurt
;Jodsalz, Pfeffer (Mühle)
3 rote Zwiebeln
eingelegte Kapern
4 Esslöffel Öl

Die Mailkörner in ein Sieb geben, abspülen und abtropfen lassen. Eier und die Milch verquirlen, Mehl darunter rühren und 15 Minuten quellen lassen.

Die Basilikumblätter von den Stielen zupfen und hacken. Den Knoblauch durch die Presse drücken. Quark, Joghurt, Salz, Pfeffer, Knoblauch und Basilikum verrühren, abschmecken. Die Zwiebeln abziehen und in dünne Ringe schneiden. Die Kapern-Früchte gut abtropfen lassen.

Den Pfannkuchen-Teig salzen. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen. Pro Pfannkuchen etwa 2 Esslöffel Teig in die Pfanne geben, glattstreichen und ein wenig Mais darauf geben. Dei Pfannkuchen ca. 2 Minuten von jeder Seite bei milder Hitze backen. Pfannkuchen, Quark, Zwiebelringe und Kapern Früchte auf Tellern anrichten.

Nährwert pro Person: Eiweiß 37 g, Fett 27 g, Kohlenhydrate 49 g, Kalorien/Joule 648/2718

Mais-Schnitten mit scharfem Mangold

Menge: 4 Portionen

300 Gramm Grobes Maismehl
1 1/2 Liter Wasser
300 Gramm Mangold
1 Meerrettich; mehr oder
-- weniger,nach Geschmack...
2 Rosa Grapefruit
2 Esslöffel Olivenöl

Streuen Sie in das kochende Wasser unter ständigem Rühren langsam das Maismehl. Lassen Sie den Maisbrei bei mässiger Hitze eine Dreiviertelstunde köcheln (*). Er ist fertig, wenn er sich vom Topf-rand löst. Dann wird er in eine flache Form gestrichen, er muss kalt und fest werden.

Jetzt können Sie eineinhalb Zentimeter dicke Scheiben abschneiden, die Sie im Grill oder im Backofen auf dem Blech rösten. Dazu wird der Mais nur auf der Oberseite mit wenig Olivenöl bepinselt.

Den Mangold waschen Sie; die dicken Rippen werden fort geschnitten. Lassen Sie ihn tropfnass in einem Topf auf großer Flamme zusammenfallen, dann kommen einige wenige Tropfen Öl dazu.

Schälen und reiben Sie in der Zwischenzeit den Meerrettich fein; ein bis zwei Esslöffel (bei 150 g Mangold) geben Sie an den Mangold. Die Menge ist Geschmackssache; Vorsicht: Frischer Meerrettich ist sehr scharf! Abschließend wird der Mangold mit etwas Grapefruitsaft gewürzt.

Malz-Brötchen

Menge: etwa 8 Brötchen

350 Gramm Dinkel
50 Gramm Malz
1 Würfel Hefe
200 Milliliter Milch
1 Teelöffel Jodsalz
1 Teelöffel Sanddorn-Saft
100 Gramm Butter
Fett fürs Blech

Dinkel und Malz fein mahlen. Die Hefe in das Mehl krümeln und mit sämtlichen Zutaten zu einem glatten Teig verkneten. In einer Schüssel mit einem Tuch bedeckt 30 Minuten gehen lassen. 8 Brötchen formen und auf ein gefettetes Blech setzen. Bei 200 Grad 30 Minuten backen. Das Malz gibt den Brötchen eine dunkle Farbe und ein unverwechselbares Aroma. Der Sanddorn-Saft mit seinem sehr hohen Vitamin C-Gehalt (Ascorbinsäure) stabilisiert den Teig auf natürliche Weise und lässt ihn sehr gut aufgehen.

Malzbrot 2

Menge: 1 Portion

1/4 Liter lauwarmes Wasser
1 Trockenhefe
1 Zucker
2 dunkles Mehl; Type 1050 *)
oder Vollkornmehl
1 helles Mehl: *)
2 Zimt; gemahlen
1/2 Rosinen
30 Gramm Butter; zerlassen
1 dunkler Zuckersirup
1 Malzextrakt; flüssig (1)
1 Milch; heiß
1/2 Malzextrakt; (2)

*) 1 Tasse = 250 Milliliter

Eine Kastenform (20 cm lang) mit Öl einpinseln und den Boden mit Backpapier auslegen. Wasser, Hefe und Zucker in einer kleinen Schüssel verrühren. Mit Frischhaltefolie abgedeckt 10 Minuten schaumig werden lassen. Mehl und Zimt in eine große Schüssel sieben, Rosinen zugeben und mischen. In die Mitte eine Mulde drücken und die zerlassene Butter, den Sirup, Malzextrakt (1) und Hefe hineingeben.

Den Teig mit einem Messer durcharbeiten. Auf einer Bemehlten Arbeitsfläche 10 Minuten kneten. Zu einer Kugel formen und in eine gefettete Schüssel legen. Mit Frischhaltefolie bedeckt 1 Stunde gehen lassen. Teig durchwalken und dann noch 3 Minuten energisch kneten, bis der Teig glatt ist.

Den Teig zu einem 20 x 20 Zentimeter großen Quadrat auswalken und aufrollen. Mit der offenen Seite nach unten in die Form legen und abgedeckt 40 Minuten gehen lassen.

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Die Milch mit dem Malzextrakt (2) mischen und den Teig damit bepinseln. 40 Minuten backen, bis das Brot braun ist. 3 Minuten in der Form beiseite stellen, dann stürzen und auf einem Kuchen-gitter auskühlen lassen.

Zubereitung-Zeit.: 45 Min. & 1 3/4 Stunden Ruhezeit

Manaqisch Hulba (Fladenbrot mit Bockshornkleepaste)

Menge: 4 Portionen

4 Große Fladenbrote
2 Esslöffel Bockshorn-kleesamen
1 Koriander-Blätter-Sträußchen
2 Knoblauchzehen
6 Esslöffel Olivenöl
6 Esslöffel Zitronensaft
1 Teelöffel Peperoni-Pulver
Jodsalz

Bockshornkleesamen auslesen, waschen und in eine kleine Schüssel geben. Mit 1 Tasse kaltem Wasser übergießen und 12 - 15 Stunden stehen lassen, bis die Samen auf gequollen sind und sich ein Gelee-artiger Überzug gebildet hat. Das Wasser abgießen.

Alle Zutaten mit etwas kaltem Wasser im Mixer pürieren, so das eine dickflüssige Paste entsteht. In einem Stieltopf 2 Esslöffel Olivenöl erhitzen, und die Paste darin unter ständigem Rühren 2-3 Minuten anbraten.

Mit einem Löffel-rücken gleichmäßig auf den Broten verteilen und jeweils 1 Esslöffel Olivenöl darüberträufeln. Unter dem elektrischen Grill des Backofens 3 -5 Minuten grillen.

Mandarinen-Brot

Menge: 1 Portion

1 Scheibe Weissbrot
etwas Butter
2 Esslöffel Nussnougat-creme
1 Tasse abgetropfte
Mandarinen-Filets
Maraschino-Kirschen

Das Weißbrot dünn mit Butter bestreichen. Danach die Nussnougat-creme darauf verteilen. Mit den Mandarinen-Filets belegen und mit einer Kirsche verzieren.

Mandel Brot 1

Menge: 1 Portionen

500 Gramm Weizenmehl
1 Paket Trockenhefe
75 Gramm Zucker
1 Paket Vanillin-Zucker
1/2 Teelöffel Jodsalz
1 Ei (Größe M)
1 Paket (250 Gramm) Lauwarme
- Schlagsahne
100 Gramm Butter, zerlassen und
- abgekühlt

Füllung

150 Gramm Verlesene Rosinen
100 Gramm Nicht abgezogene Mandeln,
- in Scheiben geschnitten

Mehl in eine Rührschüssel sieben und mit der Hefe sorgfältig vermischen. Dann alles in einen Topf geben, und mit dem Knethaken eines Mixers zunächst auf niedrigster, dann auf höchster Stufe etwa 5 min. zu einem Teig verarbeiten. Sollte er zu klebrig werden, noch etwas Mehl hinzu schütten, aber Vorsicht: nicht zuviel, da der Teig noch weich sein muss. Nun den Teig abdecken und an einem warmen Ort stehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat, ihn dann aus der Schüssel nehmen, auf der Tischplatte nochmals gut durchkneten und die Zutaten für die Füllung hinzufügen, und nochmals mit dem Mixer auf mittlerer Stufe durch- bzw. unterkneten. Danach den Teig in die Länge einer Kastenform (ca. 35 x 11 cm) formen, in die gefettete Backform legen, nochmals an einem warmen Ort solange stehen lassen, bis er sich wieder erkennbar vergrößert hat, ihn mit Wasser bestreichen, und die Form in den Backofen schieben.

Ober- und Unterhitze: 175-200 Grad Celsius (vorgeheizt) Heißluft: 160-170 Grad Grad Celsius (nicht vorgeheizt) Gas: 3-4 (nicht vorgeheizt)

Backzeit: Etwa 40 Minuten ; das Gebäck sofort nach dem Backen mit Wasser bestreichen.

Mandel-Brot 2

Menge: 16 Scheiben

150 Gramm Mandeln
--100 Gramm gemahlen
--100 Gramm gehackt
500 Gramm Mehl
1 Esslöffel Jodsalz, eventuell weniger
40 Gramm Hefe
1 Esslöffel Zucker
150 Gramm Saure Sahne
30 Gramm Butter
Butter fürs Blech
Mehl fürs Blech und zum
--Bestäuben

Die gemahlenen Mandeln in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Mit Mehl und Salz mischen.Die Hefe mit dem Zucker in 200 Milliliter lauwarmem Wasser auflösen und mit den Knethaken unter die Mandel-Mehl-Mischung kneten. Die saure Sahne zugeben und zu einem glatte Teig verkneten.

An einem warmen Ort zugedeckt gehen lassen, bis der Teig sein Volumen verdoppelt hat.

Die gehackten Mandeln in der Butter goldbraun rösten, dann unter den Teig kneten.

Das Backblech fetten und mit Mehl bestäuben. Den Teig zu einem Laib formen, mit etwas Mehl bestäuben und leicht einritzen. Nochmals 15 Minuten gehen lassen.

Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad Celsius auf der 2. Schiene von unten 50 Minuten backen.

Martin's Sechskorn-Brot

Ansatz

200 Gramm Roggenvollkorn-Mehl
250 Milliliter Wasser, ca. 40- 50 Grad Celsius
- warm
100 Gramm Sauerteig-Ansatz (siehe unten)

Teig

200 Gramm Roggenvollkorn-Mehl
200 Gramm Dinkelvollkorn-Mehl
200 Gramm Weizenvollkorn-Mehl
200 Gramm Weizenauszugs-Mehl
25 Gramm Jodsalz
Kümmel gemahlen
1/4 Tassen Leinsamen
1/2 Tassen Sonnenblumenkerne
Haferflocken
Milch
300 Milliliter Wasser, etwa 40-50 Grad Celsius warm
1 Paket Seitenbacher Brot-Back
- -Hefe
100 Milliliter Wasser, etwa 40-50 Grad Celsius warm
1 Tassen Zucker

Ansatz: Am Vorabend Roggenmehl, Wasser und Sauerteig mischen, abdecken und über Nacht stehen lassen. Beim ersten Mal siehe unten.

Teig: Vom Sauerteig-Ansatz etwa 100 Gramm wegnehmen und im Kühlschrank aufbewahren fürs nächste Brot.

Leinsamen in 1/4 Tasse Wasser einweichen.

Hefe mit 100 Milliliter Wasser und 1 Teelöffel Zucker ansetzen. Wenn die Hefe fertig ist, Roggen-, Dinkel-, Weizenmehl, die Hefe, den restlichen Sauerteig und 300 Milliliter Wasser etwa 5 Minuten verrühren. Dann Salz, Kümmel, Leinsamen und Sonnenblumenkerne dazugeben und nochmals mischen. Den Teig danach kräftig kneten und in eine bemehlte Schüssel geben. Etwa 1 Stunde zugedeckt gehen lassen.

(Fortsetzung):
Den Teig nochmals kneten, zu einem oder zu zwei Brotlaiben formen, auf ein Backblech mit Backpapier legen, mehrmals auf der Oberseite einschneiden und etwa 20 - 30 Minuten zugedeckt gehen lassen.

Das Brot mit Milch oder verdünnter Sahne einpinseln und mit Haferflocken bestreuen.

Backofen mit 250 Grad Celsius vorheizen. 1 Tasse kochendes Wasser hineinstellen. 15 Minuten bei 250 Grad Celsius backen, Wasser herausnehmen und noch 45 Minuten bei 180 Grad Celsius backen. Erster Sauerteig-Ansatz:

1. Tag: 75 Gramm Roggen-Vollkornmehl und 75 Milliliter Wasser, etwa 40 Grad Celsius warm, verrühren, zudecken und warm stellen.

2. Tag: 75 Gramm Roggen-Vollkornmehl und 75 ml Wasser, ca. 40 Grad Celsius warm, dazugeben, verrühren, zudecken und warm stellen.

3. Tag: 100 Gramm Roggen-Vollkorn-mehl und 150 Milliliter Wasser, etwa 40 Grad Celsius warm dazugeben, verrühren, zudecken und warm stellen.

4. Tag: Brot backen, siehe oben

Matrosenschmaus

Menge: 1 Portion

1 Scheibe Graubrot (90 Gramm)
- Butter nach Belieben
2 Salatblätter Pfeffer, Salz
1 kleine Zwiebel
30 Gramm durchwachsener Räucherspeck
70 Gramm Muscheln (Dose)
- Schnittlauch-Röllchen
3 Oliven, mit Paprika gefüllt

Eine Schnitte Graubrot (90 Gramm) mit Butter bestreichen, mit 2 Salatblättern und den Scheiben einer mittel großen Tomate belegen. Leicht mit Pfeffer und Salz bestreuen.

Eine kleine Zwiebel und 30 Gramm durchwachsenen Räucherspeck fein würfeln, in einer Pfanne kurz anbraten, Muscheln zugeben, erwärmen und dann alles auf der Brotschnitte verteilen.

Jetzt nur noch ein paar Schnittlauch-Röllchen und die Scheibchen von drei Paprika-gefüllten Oliven darüber geben.

** Pikantes, leicht zu bereitendes Abendbrot für eine Person.
Die Muscheln können auch durch abgetropften Thunfisch aus der Dose (ohne Öl) ersetzt werden.

Mazza

Mazza ist jenes ungesäuerte Brot, das bei den Juden in seiner flachen Form an das ursprüngliche Fladenbrot erinnert. Mazza wird vor allem während der acht Tage des Pessach festes gegessen, an dem sich die Juden an den Auszug ihres Volkes aus Ägypten erinnern. Mazza symbolisiert einerseits einen Verzicht der Vorfahren auf hohen Lebensstandard, um ihre Freizeit zu erreichen. Andererseits steht es für eine Erneuerung des Volkes, wonach die Juden zu den Lebensgewohnheiten ihrer Urväter zurückkehrten.
Die Mazzot (Plural) werden in speziellen Bäckereien hergestellt und sind, fein säuberlich abgepackt, in jedem Laden und in jedem Supermarkt zu kaufen. Ihre Herstellung unterliegt strengen religiösen Vorschriften, denn Mazza-teig darf niemals mit Sauerteig in Berührung kommen. Der Teig besteht aus Weizen, Wasser und Salz. Er wird gut durchgeknetet und hauchdünn ausgewalzt. Dann schneidet man ihn in Vierecke, hin und wieder auch in Kreise, und versieht diese mit vielen kleinen Löchern. Die rohen Mazzot kommen in den Ofen und backen während kurzer Zeit hellbraun und knusprig. Sie sind in ihrem Charakter ähnlich wie Knäckebrot. In bestimmten jüdischen Gerichten ist die Rede von Mazzamehl. Es handelt sich um zerriebene Mazza, die, ähnlich wie Semmelmehl, zum Panieren, zum Einbröseln und zum Backen verwendet wird.

Mett-Toast 1

Für 2 Portionen

2 Scheiben Toastbrot
Margarine oder Butter
65 Gramm Mett
Pfeffer
Rauchsalz
1 kleine Zwiebel
1 Banane
Curry
1 Ecke Kräuter-Schmelz-Käse

Toast-scheiben leicht vor-toasten, anschließend eine Seite mit Butter oder Margarine bestreichen. Gut abgeschmecktes Mett darauf verteilen, mit Bananen-scheiben belegen, diese mit Curry bestäuben. Den Schmelzkäse in Streifen schneiden und auf die Bananen legen. Im Abstand von 15-20 Zentimeter unter die Grill-Beheizung schieben und in etwa 5 Minuten goldbraun überbacken.

Mett-Toast 2

Menge: 4 Portionen

1/2 Bund Petersilie
180 Gramm Mett
Jodsalz
Pfeffer
Paprikapulver
4 Stuck Toast-Scheiben
20 Gramm Butter
4 Teelöffel Tomatenmark
2 Zwiebeln; kleine
150 Gramm Gouda-Käse; mittel-alter

Die Petersilie waschen und hacken. Unter das Mett mischen. Mit Salz, Pfeffer und Paprika kräftig abschmecken.

Die Brotscheiben toasten. Zuerst mit Butter, dann mit Tomatenmark bestreichen Das Mett darauf verteilen.

Die Zwiebeln schälen und in ganz feine Ringe schneiden. Auf das Mett geben und zum Schluss mit Käsestreifen belegen. Im Backofen bei 220 Grad 10 Minuten überbacken.

Unser Tipp: Man kann die Zwiebeln auch fein würfeln und direkt unter das Mett mischen. Der Toast wird dadurch etwas milder und saftiger. Oder man macht es wie ich, man mischt noch eine gepresste Knoblauchzehe in das Mett.

Mexican Sandwich

Menge: 1 Portionen

1 Knoblauchzehe
1/4 Avocado
2 Teelöffel Zitronensaft
75 Gramm Creme fraiche
Jodsalz
Pfeffer
Chili-Pulver
1/2 Rote Chili-schote
3 Salatblätter
Koriandergrün
1 Lauchzwiebel
1 kleines Pita-Brot
40 Gramm Schinken, gekocht

Knoblauch schälen und fein zerdrücken. Avocado schälen, würfeln. Mit Zitronensaft, Knoblauch und Creme fraiche pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Chili abschmecken. Chili-schote entkernen und in Ringe schneiden. Lauchwiebel putzen und in Ringe schneiden. Brot rösten, an der Markierung brechen und mit Salat, Avocado-creme, Lauch-zwiebeln, Koriander-grün, Chili-ringen und Schinken füllen.

Milch-Weißbrot

Menge: 1 Brot

500 Gramm Mehl
10 Gramm Jodsalz
20-25 Gramm frische Hefe
3 Deziliter lauwarme Milch (40 Grad Celsius)
1 Teelöffel Zucker
50 Gramm Butter, weich gerührt

Mehl und Salz in eine Back-schüssel geben. Die Hefe zerbröckeln und mit dem Wasser verrühren. Den Zucker zufügen und weiterrühren, bis er aufgelöst ist. Die Hefe-Mischung warm stellen und zugedeckt 15 Minuten gehen lassen. Eine Vertiefung in das Mehl drücken und die Hefe-mischung hineinschütten. Mit dem Knethaken des Handrührgerätes Mehl und Hefe-Mischung zu einem geschmeidigen Teig rühren. Butter während dem rühren zufügen.

Den Teig auf einer mit Mehl bestäubten Arbeitsplatte kneten und walken, bis er elastisch ist und sich von den Händen löst. Zum Ballen formen und zugedeckt 60 Minuten gehen lassen. Eine Kastenform mit 1 1/2 -2 l Inhalt mit Butter ausstreichen. Den Teig nochmals 6-8 Minuten kneten, auf die Breite der Kastenform ausrollen, aufwickeln und mit der Naht nach unten in die Form geben. Den Teig in der Form nochmals 40-50 Minuten gehen lassen.
Den Ofen auf 240 Grad Celsius vorheizen. Den Rost etwas unter der Mitte einschieben und die Form auf den Rost stellen. Das Brot in 25 Minuten braun und gar backen. Bestreichen Sie das Brot mit einem Pinsel mit Wasser und lassen Sie es noch 1 Minute in der Form im geöffneten Ofen stehen. Nehmen Sie dann das Brot aus der Form und lassen Sie es auf einem Kuchen-draht abkühlen.

Mini-Pizza

Menge: 2 Portionen

2 Mittelere Brötchen
1 rote Peperoni
3 Esslöffel Tomatenmark; anpassen
Jodsalz
1 Esslöffel Olivenöl
1/2 Teelöffel Kräuter der Provence
1 Knoblauchzehe
1 Zwiebel
60 Gramm grüne Kräuteroliven
- entsteint
2 Sardellenfilets
125 Gramm Mozzarella

Brötchen jeweils waagrecht in drei Scheiben schneiden. Im Toaster leicht rösten.

Peperoni halbieren, entkernen, waschen und fein hacken. Tomatenmark, Salz, Öl, Peperoni und Kräuter verrühren. Knoblauch schälen und dazupressen. Backofen-Grill einschalten.

Zwiebel und Kräuteroliven in dünne Ringe schneiden. Sardellen abspülen, trockentupfen und fein hacken. Mozzarella in Scheiben schneiden. Tomatenpaste auf die Brote streichen. Zwiebel und Olivenringe, Sardellen und Mozzarella darauf verteilen. Mini-Pizzen auf dem Backofenrost auf der mittleren Schine unterm Grill überbacken bis der Käse geschmolzen ist

Anmerkung: Falls keine Brötchen zur Hand sein solten - es geht auch mit Toastbrot sehr gut. Dann allerdings nur vier Scheiben nehmen oder die Menge des Belages etwas erhöhen.

Zubereitungszeit: 15 Minuten
Pro portion: 404 kcal

Mischbrot

Menge: 1 Portion

500 Gramm Roggenmehl
500 Gramm Weizenmehl
150 Gramm Sauerteig
1 Teelöffel Honig (oder Zucker)
3 Teelöffel Jodsalz
0.50 Liter Wasser
1 Paket Trockenhefe

Das Mehl mit den Zutaten mischen und zu einem glatten Teig kneten. Den Brotteig zugedeckt etwa 1 Stunde an einem warmen Ort gehen lassen. Anschließend nochmals gut durchkneten. Den Teig dann nochmals eine Stunde gehen lassen.

Backofen auf 225 Grad Celsius vorheizen. Backzeit 15 Minuten

Abwandlungen:
Bier-Brot: Wasser durch Bier ersetzen
Buttermilch-Brot: Wasser durch Buttermilch ersetzen
Kräuter-Brot: etwa 5 Esslöffel Kräuter pro 500 Gramm Mehl zugeben.

Mohn- und Kümmelstangen

Menge: 1 Portion

400 Gramm Weizenmehl Typ 1050
1 Würfel (etwa 40 Gramm) frische
- Hefe oder
1 Päckchen Dauerbackhefe
1 Teelöffel Zucker
3/8 Liter lauwarme Milch
50 Gramm Butter
1 Teelöffel Jodsalz
1/2 Teelöffel gemahlener Kardamom
1/2 Tasse Wasser in der
2 Teelöffel Jodsalz aufgelöst wurden
Kümmel
Mohn
Sesamsamen oder
grobes Salz

Das Mehl in eine Schüssel sieben. Die Hefe mit Zucker und 5 Esslöffel Milch verrühren und 15 Minuten stehenlassen. Inzwischen die übrige Milch und die Butter erwärmen. Den Hefeansatz zum Mehl geben, Salz und Kardamom an den Rand streuen und die Fett- Milch-Mischung während des Kneten's schluckweise dazu gießen. Der Teig soll eine glatte Beschaffenheit haben. Den Hefeteig etwa 40 Minuten gehen lassen. Danach nochmals kurz durchkneten und auf bemehlter Arbeitsfläche zu einer 2 Zentimeter dicken rechteckigen Platte auswellen. Die Rechtecke mit diagonalen Schnitten in 6 - 8 Dreiecke teilen. Jedes Teigdreieck von der Grundlinie aus zu einer Stange zusammenrollen. Die Teigspitze mit Wasser "festkleben". Die Teigstangen auf ein gefettetes, bemehltes Backblech legen und noch 20 Minuten gehen lassen. Vor dem Einschieben in den vorgeheizten Backofen werden die Stangen mit Salzwasser bestrichen und dann nach Belieben mit Kümmel, Mohn, Sesamsamen oder grobem Salz bestreut.

Backzeit: 20 - 30 Minuten
Temperatur: 220 Grad Celsius

Mohnkipferl

Menge: 1 Portion

150 Gramm Weizenmehl
110 Gramm Butter
70 Gramm Zucker
70 Gramm Mohn, (möglichst weißer)

Alles zum Teig verkneten und in Folie kalt liegen lassen (1 - 12 Stunden). Kleine Kipferl formen, auf ein Backblech legen und im vorgeheiztem Heißluft-Ofen bei 180 Grad Celsius 9-10 Minuten backen.

Das Blech muss nicht gefettet werden.

Morchelschnitten - Croutes aux morilles (Jura)

Menge: 4 Portionen

40 Gramm Morcheln, getrocknet
--oder 300-400 Gramm frische
3/8 Liter Wasser
80 Gramm Schalotten
25 Gramm Butter (I)
4 Esslöffel Weißwein, trocken
1/4 Liter Creme double
Jodsalz
Pfeffer
8 Scheiben Toastbrot
50 Gramm Butter (II)

Morcheln im lauwarmen Wasser 30 Minuten einweichen. Schalotten pellen und fein würfeln. Morchel-Wasser durch eine Filtertüte gießen und auffangen. Große Morcheln halbieren beziehungsweise vierteln.

Butter (I) in einer Pfanne erhitzen. Schalotten-würfel darin glasig anschwitzen, mit Weißwein auffüllen und etwas einkochen, durch ein Sieb gießen.

Flüssigkeit wieder in die Pfanne geben, Schalotten-würfel wegwerfen. Morchel-Wasser und Morcheln zugeben, zugedeckt bei milder Hitze 20 Minuten garen. Rahm zugeben und einkochen, bis eine cremige Sauce entsteht. Sauce mit Salz und Pfeffer würzen.

Toastbrot-scheiben von beiden Seiten mit der restlichen Butter dünn bestreichen und im Ofen goldbraun rösten.

Zum Servieren jeweils 2 Brotscheiben auf vorgewärmten Tellern anrichten und die Morcheln mit Sauce darauf verteilen.

Möhren-Nuss-Creme

Menge: 1 Brot

100 Gramm Karotten
50 Gramm Walnüsse
100 Gramm Creme fraîche
1 Esslöffel Honig
1/2 Teelöffel Abgeriebene Orangenschale
1 Prise Jodsalz

Für Babys und Kleinkinder: Cremiges fürs Brot
Bei diesen Aufstrichen wissen Sie - im Gegensatz zu Fertigprodukten - genau, was drin ist.

Karotten grob zerkleinern, in wenig Wasser gar dünsten, Walnüsse im Blitzhacker zerkleinern. Karotten-stücke, Creme fraîche und Honig zu den Nüssen in den Blitzhacker geben. Alles cremig schlagen, mit Salz und Orangenschale würzen. Haltbarkeit im Kühlschrank etwa 1 Woche.

Ein Blitzhacker, nach dem Markennamen auch Moulinette genannt, ist ein Arbeitsgerät zum Zerkleinern von Zwiebeln und Kräutern.

Insgesamt etwa 814 kcal.

Naan (Hefebrot)

Menge: 1 Brot

1 Teelöffel Trockenhefe
1 Teelöffel Zucker
75 Milliliter lauwarmes Wasser
250 g Mehl
1/2 Teelöffel Jodsalz
3/4 Teelöffel Backpulver
1 Esslöffel Öl
etwa 3 Esslöffel Joghurt

1. Hefe und Zucker in das Wasser rühren und 15-20 Min. beiseite stellen, bis die Flüssigkeit Blasen wirft.

2. Mehl, Salz und Backpulver sieben. In die Mitte eine Vertiefung drücken, Hefe-Mischung , Öl und Joghurt hineingeben. Etwa 10 Min. kneten, bis der Teig nicht mehr klebt.

3. Teig in einer eingeölten Plastiktüte 2-3 Stunde an einem warmen Platz bis zu doppeltem Umfang aufgehen lassen.

4. Weitere 1-2 Min. kneten und in 12 Bällchen teilen. Zu Kreisen von 18 cm Durchmesser ausrollen.

5. So viele Kreise wie möglich auf ein Backblech legen und im auf 220 Grad C vorgeheizten Ofen von beiden Seiten je 4-5 Min. backen, bis braune Flecken erscheinen. Einige Sekunden unter einen heißen Grill legen, bis sie leicht gebräunt sind.

6. Die schon fertigen Naan in Alufolie warmhalten.

Und jetzt meine Variante zur Herstellung:

1. - 4. wie oben

5. Teig in einer trockenen Pfanne einseitig antrocknen (3/4 grosse Flamme)

6. Auf einer anderen Platte (fast volle Leistung) ein Drahtgeflecht (Topf-Untersetzer) legen, und darauf das Brot von beiden Seiten rösten, zuerst die bereits in der Pfanne angetrocknete Seite. Dabei sollte es wie ein Ballon aufgehen.

Naan 2

Menge: 4 Portionen

30 Gramm Hefe
3/4 Tasse lauwarmes Wasser
3 Teelöffel Zucker
1/2 Tasse Yoghurt
1 Ei (geschlagen) (Größe M)
1/4 Tasse geschmolzenes Butterfett
- oder Butter
2 Teelöffel Jodsalz
etwa 3 1/2 Tassen Mehl
2 Teelöffel Mohnsamen oder Nigella
(schwarzer, dreieckiger
- Zwiebel-samen
(hier kaum erhältlich))

Naan (auch Nan) ist ein tropfenförmiges Fladenbrot aus Nord-indien (Punjab, Kashmir), das eigentlich im Tandoor - einem von innen mit Holzkohle beheizten Lehm-Ofen - gebacken wird (das Brot wird an die Innenwand des Ofens geklatscht).

Hefe in 1/4 Tasse Wasser auflösen, 1 Teelöffel Zucker zufügen, an einem warmen Ort 10 Minuten gehen lassen.

1/4 Tasse Yoghurt mit den restlichen 2 Teelöffel Zucker gut verrühren, die restliche 1/2 Tasse Wasser, Ei, Fett und Salz dazugeben. Die Hefe-Mischung unterrühren.

2 Tassen Mehl in eine Schüssel geben. Eine Mulde in die Mitte machen und die flüssige Mischung dazugeben. Mit einem hölzernen Kochlöffel schlagen, bis es ein weicher Teig ist. Das restliche Mehl nach und nach zugeben. Wenn der Teig zum Schlagen zu fest wird, von Hand weiterkneten bis er richtig fest wird. 10 - 12 Minuten kneten (gibt Muskeln), dass er elastisch wird.

Zu einer Kugel formen und in eine vorgewärmte, gefettete Schüssel geben (dabei einmal wenden, damit auch die Oberfläche des Teiges etwas gefettet ist). An einem warmen Ort (mit einem Tuch bedeckt) gehen lassen, bis er doppelte Größe hat. Den Teig noch einmal kurz durcharbeiten und in 8 Bälle teilen. Weitere 10 Minuten ruhen lassen.

(Fortsetzung):
Zwei umgefettete Bleche kurz im 230 Grad heißen Backofen vorheizen. Die Teig-kugeln flach drücken, so dass sie in der Mitte dünn und am Rand dicker sind. Dann ein Ende nach außen ziehen, dass das Brot sein ovales, tropfenförmiges Aussehen bekommt. Mit dem restlichen Yoghurt bestreichen und mit den Körnern bestreuen.

2 oder 3 Fladen auf jedes Blech geben. Ungefähr 10 Minuten backen, bis sie aufgegangen und goldbraun sind.

Norwegische Milchbrötchen

Menge: 65 Stück (Haltbarkeit 2-3 Wochen)

600 Milliliter Milch
200 Gramm Margarine
100 Gramm Hefe
2 Eier (Größe M)
150 Gramm Zucker
2 gestrichener Teelöffel Salz
1 Kilogramm Mehl

Aus den vorgenannten Zutaten einen Hefeteig herstellen, nicht mehr Mehl verwenden, auch wenn der Teig etwas klebt. Brötchen formen, einige Zeit gehen lassen und so dann bei 200 Grad Celsius abbacken.

Während der Backzeit eine Tasse mit Wasser in den Backofen stellen oder mit dem Wäschesprenger etwas Wasser in den Ofen spritzen.

Nußbrot

Menge: 1 Brot

500 Gramm Weizenmehl
500 Gramm Roggenmehl
1 Würfel frische Hefe
3 gestrichener Teelöffel Jodsalz
0.6 Liter Wasser
200 Gramm Haselnüsse

Die Hefe in 4 Esslöffel lauwarmen Wasser auflösen. Mehl, Jodsalz, Wasser und die aufgelöste Hefe in einer großen Schüssel mischen und 5-10 Minuten kneten. Den Teig etwa 50 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen. Danach nochmals kurz durchkneten und die Nüsse zugeben, kurz kneten. Den Teig dann zu einem Brot formen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben, mit einem Küchentuch abdecken und ca. 30 Minuten gehen lassen.

Inzwischen den Backofen auf 250 Grad Celsius (Heißluft: 225 Grad Celsius) vorheizen. Das Backblech in den vorgeheizten Ofen stellen. 1 Tasse kaltes Wasser auf den heißen Boden gießen und blitzschnell die Ofentür schließen.

Nach 5 Minuten die Temperatur auf 200 Grad Celsius (175 Grad) Celsius bei Heißluft) herunterschalten und etwa 40 Minuten backen.

Nussbrot 2

Menge: 1 Brot

400 Gramm Weizen-Vollkornmehl
100 Gramm Grünkern-mehl
40 Gramm Hefe
1 Teelöffel Jodsalz
1 Esslöffel Honig
1/2 Liter Wasser
100 Gramm Quark
150 Gramm Haselnuss- oder Walnußkerne
1 Esslöffel Speisestärke
1/2 Tasse Wasser

Mehl mit Hefe, Salz, Honig, Wasser, Quark und Nüssen verknoten und im Backofen 10 Minuten bei 50 Grad Celsius und 20 Minuten bei 0 gehen lassen. Teig in eine mit Backpapier ausgelegte Kastenform geben und nochmals 10 Minuten bei 50 Grad Celsius und 20 Minuten bei 0 gehen lassen. Backofen auf 250 Grad Celsius vorheizen und Brot backen. E: unten. T: 200 C / 40 bis 50 Minuten, 5 Minuten 0.

Speisestärke mit Wasser verrühren und 10 Minuten vor Ende der Backdauer das Brot damit bestreichen.

Nuss Mischbrot

Menge: 1 Brot

30 Gramm Hefe
25 Gramm Zucker
350 Gramm feines Roggenmehl
150 Gramm Weißmehl
15 Gramm Jodsalz
4 Deziliter Milch
1/2 Deziliter Rahm
70 Gramm sehr weiche Butter
200 Gramm ausgelöste Baumnüsse
100 Gramm Sultaninen (fakultativ)
1 Eigelb (Größe M)

Hefe und Zucker in eine Schüssel geben und stehen lassen, bis die Hefe flüssig wird.

Mehl und Salz in die Schüssel des Rührwerks geben, mit dem Knet-arm kurz durchmischen, die aufgelöste Hefe zufügen, nochmals mischen.
Milch auf langsamen Touren zur Mehlmischung gießen und den Teig auf schnellen Touren während ca. 5 Minuten schlagen, dann Rahm und Butter zufügen, kurz unterarbeiten.

Nüsse und - so Sie wollen- Sultaninen in den Teig einmischen, diesen in eine handwarme Schüssel legen, mit einem Küchentuch bedecken und auf der offenen Ofentür (der Ofen muss auf 50 Grad vorgeheizt sein) etwa 1 Stunde gehen lassen. Teig auf dem bemehlten Tisch mit dem Teig-horn kurz durcharbeiten, in eine gebutterte und bemehlte Keks-form (11 X 30 Zentimeter) füllen und nochmals 30 Minuten gehen lassen.

Teig-Oberfläche mit dem Eigelb bepinseln. Die Form auf die mittlere Schiene des auf 200° vorgeheizten Backofens schieben und das Brot 50-60 Minuten backen. Sobald es eine schöne Farbe angenommen hat (nach etwa 30 Minuten) mit einer Alufolie schützen. Nach dem Backen auf dem Kuchen-gitter auskühlen lassen.

In Alufolie gewickelt, bleib das Brot im Kühlschrank etwa eine Woche haltbar. Bei Verwendung kleinerer Formen teilen Sie den Teig und frieren ein Brot ein. Ein kleiner Hinweis: Der Teig ist sehr klebrig, was Sie nicht verunsichern darf.

Odenwälder Brotlaib

150 Gramm Vollkornroggenmehl
350 Gramm dunkles Weizenmehl, Typ 1050
40 Gramm Hefe
300 Milliliter Wasser
1 Teelöffel Jodsalz
1 Teelöffel Zucker
1 Esslöffel Öl
1 Esslöffel Zitronensaft

Die Mehle mit dem Salz in einer Schüssel mischen und eine Mulde hinein drücken. Hefe und Zucker in Wasser auflösen, in die Mulde geben und mit etwas Mehl zu einem Vorteig verrühren. Diesen ca. 15 Minuten gehen lassen.

Öl und Zitronensaft zugeben und mit den Knethaken des Mixers etwa 3 Minuten auf höchster Stufe durchkneten, bis sich der Teig von der Schüssel löst. Zugedeckt weitere 10 Minuten gehen lassen. Den Teig nochmals durchkneten, anschließend mit leicht bemehlten Händen zu einer straffen Kugel formen und auf ein gefettetes oder mit Backpapier belegtes Backblech legen. Mit Mehl bestreuen. Nicht abgedeckt 20 - 30 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen, bis der Teig sich deutlich vergrößert hat.

Die Teig-kugel 4-mal kreuzweise 1 cm tief einschneiden.

Auf mittlerer Schiene backen. Backzeit etwa 10 Minuten bei 250 Grad Celsius, 40 Minuten bei 200 Grad Celsius (im Umluft-Herd erst 190 Grad Celsius, dann 170 Grad Celsius).

Ofenschlupfer mit Speck und Zwiebeln

Menge: 5 Portionen

3 Brötchen, alt
Fett für die Form
100 Gramm Zwiebeln
100 Gramm Speck, durchwachsen
30 Gramm Butter
4 Eier (Größe M)
1/4 Liter Schlagsahne
etwas Jodsalz
1 Prise Cayennepfeffer
1 Prise Muskatblüte

Die Brötchen in dünne Scheiben schneiden. Eine Gratin-form ausfetten. Die Zwiebeln pellen und fein würfeln. Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen, Zwiebeln und Speck darin bei milder Hitze in 3 Minuten glasig werden lassen. Die Hälfte der Mischung in die Gratin-form geben. Die Brötchen-scheiben dachziegelartig darauflegen. Die Eier mit der Sahne verquirlen, kräftig mit Salz, Cayennepfeffer und Muskatblüte würzen und über die Scheiben gießen. Die restliche Schinken-Zwiebel-Mischung darüber verteilen, 10 Minuten stehen lassen. Bei 225 Grad Celsius in 15 Minuten goldbraun backen.

Oliven-Brot

Menge: 1 Brot

320 Gramm Weizenmehl
1/2 Würfel Hefe
100 Milliliter Wasser; warm
1/2 Teelöffel Zucker
70 Milliliter Olivenöl
1 Teelöffel Jodsalz
50 Gramm schwarze Oliven; entsteint 1
20 Gramm schwarze Oliven; entsteint 2
1 Teelöffel Mehl

Das Mehl in eine Schüssel geben, in die Mitte eine Mulde drücken. Die Hefe hineinbröckeln und mit dem warmen Wasser und Zucker verrühren. Mit etwas Mehl bestäuben. Zugedeckt etwa 15 Minuten gehen lassen.

Den Vorteig sorgfältig mit dem Mehl, Olivenöl und dem Jodsalz verkneten. An einem warmen Ort zugedeckt gehen lassen bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Inzwischen den Backofen auf 200 Grad Celsius vorheizen. Oliven (1) hacken und in wenig Mehl wenden, unter den Teig kneten.

Diesen zu einem länglichen Laib formen. Restliche Oliven hinein drücken und auf ein bemehltes Backblech setzen. Brot im Ofen ca. 30 min backen.

Dazu schmeckt Ricotta mit frischem Basilikum und ital. Kräutermischung.

Pro Person etwa : 450 kcal
Pro Person etwa : 1884 kJoule
Zubereitung : 20 Minuten
: Backen etwa 30 Minuten

Orangen-Buttermilch-Brot

Menge: 1 Portion

150 Gramm Sauerteig
1/4 Liter Lauwarme Buttermilch
750 Gramm Weizenmehl Type 405
100 Gramm Grahammehl
1/4 Liter Lauwarmer Orangensaft
2 Teelöffel Jodsalz (20 Gramm)
1 Esslöffel Margarine (30 Gramm)
Mehl zum Auskneten
Öl zum Einfetten
verquirltes Ei zum Bepinseln (Größe M)

Den Sauerteig, die lauwarme Buttermilch und 150 Gramm Weizenmehl in eine Schüssel geben und mit dem Knethaken zu einem weichen Teig anrühren. Mit einem Tuch zudecken und bei Zimmertemperatur über Nacht stehen lassen. Am nächsten Tag das restliche Weizenmehl, das Graham-mehl, den lauwarmen Orangensaft, das Jodsalz, die Margarine und den Vorteig in eine große Schüssel geben und mit dem Knethaken zu einem glatten Teig verarbeiten. Anschließend auf der bemehlten Arbeitsfläche den Teig mit der Hand mindestens 10 Minuten kräftig durchkneten, bis er nicht mehr klebt. Wieder in die bemehlte Schüssel legen und zugedeckt an einem warmen Ort 2-3 Stunden gehen lassen, bis sich die Teig-menge verdoppelt hat. Ein Backblech einfetten. den Teig wieder auf die Arbeitsfläche geben und kurz noch einmal durchkneten und zu einem runden Laib oder zwei kleineren Laiben formen. Dabei auf die Oberflächenspannung achten; dazu die Seiten des Brotes immer nach innen einschlagen. Das Brot auf das Backblech legen, - bei zwei Broten darauf achten, dass sie genügend auseinander liegen - und zugedeckt weitere 20-30 Minuten gehen lassen. Die Oberseite der Brote muss jetzt gut gespannt sein.
Den Ofen auf 250 Grad vorheizen. Eine Schale mit kochendem Wasser auf den Boden des Ofens stellen. Die Oberseite des Brotes mit verquirltem Ei bepinseln und mit einer scharfen Klinge einritzen. Das Brot auf die unterste Schiene des Ofens schieben und 10 Minuten anbacken. Die Temperatur auf 200 Grad zurückschalten und das Brot weitere 40-50 Minuten backen.

Osterbrot mit Kräutern

Menge: 1 Brot

500 Gramm Weizen-Vollkornmehl
30 Gramm Hefe
1/4 Liter Milch
2 Bund Gemischte Kräuter
1 Esslöffel Naturjoghurt
2 Esslöffel Kuerbiskernöl, oder ein
- anderes Planzenöl
1 Ei (Größe M)
Jodsalz
Pfeffer

Mehl in eine Schüssel sieben und eine Mulde formen, Hefe hinein-bröckeln, lauwarme Milch zugießen. Mit etwas Mehl vom Rand zu einem "Vorteig" verrühren. Vorteig abgedeckt an einem warmen Ort 15 Minuten gehen lassen. Übriges Mehl mit Vorteig vermischen und zu Teig kneten.

Kräuter waschen, fein hacken. Dann Joghurt, Öl, Salz und Pfeffer unter den Teig kneten. Zuletzt feingehackte Kräuter untermischen. Hefeteig zu drei gleich großen Kugeln formen. Teig-kugeln im Dreieck nebeneinander auf gefettetes Blech setzen, etwa 15 Minuten gehen lassen, bis sie das doppelte Volumen erreicht haben. Brot im Backofen auf der 2. Schiene von unten bei 180 Grad Celsius etwa 40 Minuten backen.

Kürbiskernöl ist eine Spezialität der Steiermark in Österreich. Es wird aus gerösteten Kürbiskernen gepresst und hat einen feinen, nussartigen Geschmack. Angebrochene Flaschen im Kühlschrank aufbewahren.

Ostpreussisches Kürbis-Brot

Menge: 1 Brot

400 Gramm Kürbis, gelb
100 Milliliter Wasser
1 Teelöffel Jodsalz
4 Nelken
1 Zimtstangen-Stück (10 Zentimeter)
20 Gramm Ingwer, frisch gerieben
500 Gramm Mehl
42 Gramm Hefe
50 Milliliter Milch
50 Gramm Zucker
30 Gramm Butter; weich
1/2 Teelöffel Jodsalz
Mehl zum Bearbeiten
50 Gramm Kürbiskerne

Kürbis schälen, entkernen und würfeln. Mit Wasser, Nelken, Zimt und Ingwer 10 Minuten weich dünsten. Eventuell etwas Flüssigkeit abgießen und die Gewürze herausnehmen. Den Kürbis mit dem Schneid-Stab des Handrührers pürieren. Für den Hefeteig das Mehl in eine Schüssel geben, in die Mitte eine Mulde drücken. Hefe hineinbröseln. Lauwarme Milch darüber gießen, etwas verrühren. Zudecken und 10 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen. Zucker, Butter, Salz und Kürbispüree zugeben. Mit den Knethaken des Handrührers zu einem trockenen Teig verkneten, eventuell noch etwas Mehl zugeben. 10 Minuten gehen lassen. Kürbiskerne grob hacken. Den Teig durchkneten und 3/5 der Kürbiskerne untermengen. Eine Kastenform (30 cm Länge) ausfetten, den Teig hinein füllen und mehrmals an der Oberfläche einschneiden. Mit Wasser bestreichen, mit Kürbiskernen bestreuen. 5 Minuten gehen lassen. Im vorgeheizten Ofen bei 185 C 25-30 Minuten goldbraun backen.

Pain d'epices (französisches Gewürz Brot)

Menge: 24 Stück

150 Gramm Honig
75 Gramm Vollrohrzucker
100 Milliliter Milch
1 Teelöffel Natron
1 Esslöffel Anis
1 Teelöffel Zimt
1/2 Teelöffel Ingwer
etwas Jodsalz
100 Gramm Roggen, fein gemahlen
150 Gramm Weizen, fein gemahlen
1/2 Zitrone, nur schale
2 Eigelb (Größe M)

Honig, Zucker und Milch in eine Pfanne geben. Unter Rühren erwärmen. Natron darin auflösen. Restliche Zutaten bis einschließlich Weizen in einer Schüssel mischen.

Honig-Milchgemisch, Zitronenschale und Eigelb dazu geben.
Etwa 5 Minuten rühren. In die gefettete bemehlte form geben.

Backen: 35-45 Minuten in der unteren Hälfte des auf 180 Grad vorgeheizten Ofens. In der Form etwas auskühlen lassen. Herausnehmen und mit dem Honig-Wasser bestreichen.

Haltbarkeit: Gut verpackt im Kühlschrank 2-3 Wochen. Pain d'epices schmeckt nach 1-2 Tagen besser als ganz frisch.

Mit Butter bestrichen zu Wein oder Kaffee servieren.

Pandorato (Brot aus der Pfanne)

Menge: 6 Portionen

50 Gramm Roher Schinken
- dünne Scheiben
150 Gramm Mozzarella
12 Basilikumblättchen
6 Sardellenfilets
- eingelegte verwenden
400 Gramm Kastenweißbrot
- vom Vortag
125 Milliliter Milch
2 Eier (Größe M)
2 Esslöffel Mehl
, Öl zum Braten
, Jodsalz
, Pfeffer aus der Mühle

Kastenweissbrot entrinden. Im Abstand von 1 cm einschneiden, dabei den ersten Schnitt nur bis knapp vor den untersten Rand führen, beim zweiten Schnitt die Brotscheibe abtrennen. Auf diese Weise ergeben sich 6 zusammenhängende Doppelscheiben.

Mozzarella in 6 Scheiben schneiden. In jedes Brot eine Käsescheibe legen. Die Hälfte der Brote zusätzlich mit 1-2 Schinken-Scheiben füllen. 6 Sardellenfilets abspülen, mit Küchenkrepp abtrocknen. In die Brote ohne Schinken verteilen.

Gefüllte Brote fest zusammendrücken und in der Milch wenden. Rundum mit dem Mehl bestäuben und auf eine tiefe Platte legen. In einem Teller die Eier kräftig verquirlen, salzen und pfeffern. Eierschaum über die Brote gießen, 15 Minuten durchziehen lassen. Brote einmal wenden.

In einer Pfanne reichlich Öl erhitzen. Brote bei mittlerer Hitze von beiden Seiten goldbraun backen, auf Küchenkrepp gut abtropfen lassen. Diagonal halbieren, jeweils 2 verschieden gefüllte Hälften zusammen anrichten und mit Basilikum-Blättchen garnieren.

Pane (Italienisches Weißbrot)

Menge: 1 Brot

1 1/2 Würfel frische Hefe
350 Gramm Mehl
1/2 Teelöffel Jodsalz
Fett für das Blech

Zerbröckelte Hefe und 70 Kubikzentimeter lauwarmes Wasser verrühren. 250 Gramm Mehl in eine Schüssel geben und in die Mitte eine Mulde drücken. Hefe und weitere 100 Kubikzentimeter lauwarmes Wasser zugießen. Zu einem dicken Brei verrühren. Zugedeckt mindestens zwei Stunden (am Besten über Nacht) gehen lassen. Jodsalz und das restliche Mehl mit den Händen unterkneten. Weitere 30 Minuten gehen lassen. Aus dem Teig einen länglichen Laib formen. Auf ein gefettetes Backblech legen und nochmals 15 Minuten gehen lassen. Backofen auf 200 Grad Celsius vorheizen und das Brot 1 Stunde backen.

Etwa 1325 Kalorien.

Panierter Toast

Menge: 4 Portionen

8 Scheiben Weißbrot
etwas Butter
150 Mozzarella-Käse
4 Scheiben Parma-Schinken

Zum Panieren:

2 Esslöffel Mehl (Größe M)
2 Eier (Größe M)
kleine Semmelbrösel

Zum Braten:

Öl, Butter oder Margarine

Das Weißbrot in sehr dünne Scheiben schneiden und die Rinde entfernen. Mit Butter bestreichen. Die Hälfte der Scheiben mit Käse und Parmaschinken belegen und jeweils eine bebutterte Brotscheibe darauflegen.
In Mehl, dann in gut verquirltem Ei und anschließend in Paniermehl wenden.

Fett in einer Pfanne erhitzen, die belegten Brotscheiben darin von beiden Seiten goldbraun backen. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und servieren.

Dieses Gericht eignet sich als leichte Zwischen-Malzeit. Es sollte möglichst heiß serviert werden.

Variation:
Weißbrot weglassen und nur Käse und Schinken in Mehl, Ei und Paniermehl wenden und braten.

Ein ähnliches Gericht ist in Frankreich unter dem Namen Croque Monsieur bekannt, nur verwendet man Cruyere-Käse und lässt das Paniermehl weg.

Panzanella - Brot mit Tomaten (Toskana)

Menge: 6 Portionen

500 Gramm Weißbrot, altbacken
1 große Zwiebel
4 Fleischtomaten, vollreif
1 Bund Basilikum
Olivenöl extra vergine
3 Esslöffel Weinessig
Jodsalz & Pfeffer

Brot in mundgerechte Stücke zerteilen und in Wasser einweichen. Nach etwa 2 Stunden herausnehmen, gut ausdrücken und in eine trockene Schüssel umfüllen. Die Zwiebel grob hacken, die Tomaten würfeln und unter das Brot heben. Die Basilikum-Blätter von den Stengen zupfen, wenn nötig zerkleinern und über Brot und Tomaten streuen. Nun das Ganze groszügig mit gutem toskanischen Olivenöl übergießen und mit Essig, Salz und Pfeffer abschmecken. Vor dem Servieren eine Stunde durchziehen lassen.

Nach Belieben 1 Salatgurke, 2 Sellerie-Stangen, Petersilie, Thunfisch und Kapern hinzufügen und frisches Brot als Beilage reichen.

Panzanella mit Schafskäse

Menge: 6 Portionen

500 Gramm Kasten-Weißbrot
8 Esslöffel Weissweinessig
150 Milliliter Wasser
450 Gramm Tomaten
150 Gramm Frühlingszwiebeln
150 Gramm Rote Paprika
150 Gramm Gelbe Paprika
150 Gramm Schafskäse
3 Knoblauchzehen
1 Bund Basilikum
5 Minze-zweige
240 Milliliter Olivenöl
4 Esslöffel Weissweinessig
8 Esslöffel Wasser
Jodsalz
Pfeffer
20 Gramm Kapern

Am Vortag das Weißbrot entrinden, in 2 Zentimeter dicke Scheiben schneiden, nebeneinander legen und antrocknen lassen.
Am nächsten Tag Wasser mit Essig aufkochen. Etwas abkühlen lassen, Brot damit beträufeln und 30 Minuten durchziehen lassen.
Tomaten häuten, vierteln, entkernen und in dünne Spalten schneiden. Frühlingszwiebel putzen, das Weiße und Hellgrüne in dünne Ringe schneiden. Paprikaschoten putzen und sehr fein würfeln. Schafskäse würfeln. Knoblauch pellen und durchpressen. Basilikum und Minze, bis auf einige Blättchen, fein schneiden. Knoblauch, Kräuter, Öl, restlichen Essig, Wasser, Salz und Pfeffer verrühren.
Brotscheiben ausdrücken und in grobe Stücke zupfen. Tomaten, Frühlingszwiebeln, Paprika, Schafskäse und Kapern dazugeben. Mit der Vinaigrette beträufeln, vorsichtig mischen und 30 Minuten durchziehen lassen. auf einer Platte anrichten. Mit den restlichen Kräutern garnieren.

Paprika-Brot

Menge: 1 Brot

200 Gramm Magerquark
Je eine kleine grüne, rote,
- gelbe Paprikaschote
Jodsalz
3 kleine Eier (Größe S)
3 Esslöffel Olivenöl
400 Gramm Mehl
1 kleine Zwiebel (oder 2 kleine
- Knoblauchzehen)
1.5 Päckchen Backpulver
weißer Pfeffer
Mehl zum Ausrollen
Fett für die Form
- (Kastenform, 28 cm lang)
Milch zum Bepinseln

Paprikaschoten entkernen und würfeln, ebenso die Zwiebel bzw. den Knoblauch. Quark, Öl, Eier mit 1 Teelöffel Salz kräftig verrühren. Mehl und Backpulver gut darunterarbeiten; zu einem glatten und geschmeidigen Teig verkneten. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsplatte in der Länge der Kastenform dünn ausrollen. Die Paprika-würfel und die Zwiebel/Knoblauch auf der Teig-Platte verteilen und mit Salz und weißem Pfeffer bestreuen. Den Teig von der schmalen Seite aufrollen und mit der Nahtstelle nach unten in die gut gefettete Kastenform legen. Das Brot im 175-200 Grad vorgeheizten Backofen ca. 50 Minuten backen. Zum Schluss das heiße Brot mit Milch bepinseln, damit es schön glänzt. Das Brot ca. 15 min. in der Form ruhen lassen, dann auf einem Kuchen-Gitter auskühlen lassen. In Alufolie bleibt das Brot ca. 4-5 Tage saftig.

Beilagen : Zu Gegrilltem, Kurz-gebratenem, Salaten oder auch pur zu Wein oder Bier.

Paprika-Sandwich

Menge: 4 Portionen

2 Gelbe Paprikaschoten
6 Tomaten; etwa 450 Gramm
20 Sardellenfilets in Öl; 80 Gramm
3 Esslöffel Sonnenblumenöl
4 Knoblauchzehen
Jodsalz
Schwarzer Pfeffer; aus der Mühle
6 Baguettebrötchen
1 Bund Basilikum

Backofen-Grill einschalten. Paprikaschoten längs halbieren, putzen und waschen. Mit der Hautseite nach oben auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen. Auf der mittleren Schiene im Backofen 10 bis 15 Minuten grillen, bis die Haut leicht gebräunt ist und Blasen wirft. Paprika herausnehmen, mit einem nassen Tuch bedecken und abkühlen lassen. Die Schoten häuten und längs in ca. drei Zentimeter breite Streifen schneiden.

Tomaten kreuzweise einschneiden, mit kochendem Wasser übergießen und kurz ziehen lassen. Die Tomaten abgießen, häuten, vierteln und entkernen. Das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden. Die Sardellenfilets abtropfen lassen und kleinschneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen, gewürfelte Tomaten und Sardellen darin drei Minuten dünsten. Knoblauchzehen schälen und durch die Presse dazu drücken. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Baguette-Brötchen aufschneiden. Die unteren Hälften jeweils mit Tomaten-Pueree bestreichen und mit Paprika-Streifen belegen. Basilikum waschen und trocken schütteln. Die Blätter auf den Sandwiches verteilen. Obere Brötchenhälften daraufsetzen.

Pariser-Brote

Menge 1 Brot

40 Gramm Hefe
10 Gramm Zucker
500 Gramm Weißmehl
12 Gramm Jodsalz
2 Deziliter kaltes Wasser

Hefe und Zucker mischen und verflüssigen lassen.
Mehl und Salz in die Schüssel der Rührwerks geben, mit dem Knet-Arm kurz durchmischen, aufgelöste Hefe zufügen, nochmals kurz vermischen, Wasser auf langsamen Touren beifügen und alle Zutaten auf schnellen Touren zu einem elastischen Teig kneten lassen. Teig zu einer Kugel formen, in eine handwarme Schüssel legen, mit einem Küchentuch bedecken und auf die offene Ofentür (Ofen auf ca. 50 vorgeheizt) stellen, 45 Minuten gehen lassen. In dieser Zeit muss sich das Teig-Volumen verdoppeln. Anschließend den Teig auf einem bemehlten Tisch mit den Händen kurz durcharbeiten. Die Teig-Menge halbieren und zu zwei Broten formen: Dazu jede Hälfte in ein Rechteck von 15 x 30 Zentimeter mit den Händen ausziehen - die längere Seite parallel zur Tischkante vor Ihnen. Jetzt vom unteren Rand her eng einrollen und dabei jedesmal mit den Fingern den Teig fest andrücken, zum Schluss die Abschluss-kante auf der ganzen Länge mit dem Teig verbinden - am besten geschieht dies mit zwei Fingern, wie wenn Sie jemanden kneifen wollten!

Die beiden Brote mit der Abschluss-kante nach unten auf ein geöltes Backblech legen und erneut auf der Ofentür 30 Minuten gehen lassen. Nach dieser Zeit werden die Brote mit einem scharfen Messer in regelmäßigen Abständen und schräg etwa 1 Zentimeter Tief eingeschnitten. Bitte wirklich schneiden und nicht einfach ritzen. Anschließend großzügig mit Wasser bepinseln und in den auf 220° vorgeheizten Ofen auf die mittlere Schiene schieben. Gleichzeitig schütten Sie eine Tasse Wasser auf den Boden des Backofens und schließen blitzschnell die Ofentür. Nur so bildet sich jener Dampf, der die Brotkruste fördert. Nach 10 Minuten Backzeit die Ofentür kurz öffnen um den Dampf anziehen zu lassen. Die Brote in weiteren 20 Minuten fertig backen und auf dem Kuchen-Gitter auskühlen lassen.

Party-Brötchen

10 Brötchen
100 Gramm Butter
300 Gramm Schinken
150 Gramm Schmelzkäse
200 Gramm Sahne
1 Knoblauchzehe

Brötchenhälften streichen.
etwa 10 Minuten bei 200 Grad Celsius überbacken

Pausenbrot 1

Menge: 1 Portion

1 Roggenbrötchen
1 Esslöffel Frischkäse 50 % Fett
1 Tomate
1 Cornichon
1 Ei; hartgekocht (Größe M)
1 Salatblatt
Paprikapulver
Pfeffer

Frischkäse mit klein geschnittener Gurke vermischen und mit Paprika und Pfeffer würzen. Das Brötchen damit bestreichen, die Ei-scheiben darauflegen und mit dem Salatblatt und dem oberen Teil des Brötchens bedecken. Tomate dazu reichen.

* etwa 282 kcal (1185 kJ) *

Unser Tipp: Pausenbrote am besten in einer Frischhalte-box verpacken. So bleiben sie länger frisch und appetitlich.

Pausenbrot 2

Menge: 1 Portion

1 Scheibe Landbrot
1 Teelöffel Creme fraiche
1 Scheibe Kalter Braten
1/2 Teelöffel Meerrettich
3 Streifen rote Paprika
Etwas gehackte Petersilie
1 Salatblatt

1/2 Scheibe Brot mit Creme fraiche bestreichen, Braten darauflegen. Nach Wunsch den Braten mit Meerrettich bestreichen, mit roter Paprika belegen und mit Petersilie bestreuen. Mit dem Salatblatt und der zweiten Brot-hälfte bedecken.

* etwa 225 kcal/945 kJ *

Unser Tipp:
Als Streich-fett kann auch Creme fraiche verwendet werden.
Sie ist fettarmer als Butter oder Margarine.

Pausenbrot 3

Menge: 1 Portion

1 Scheibe Vollkornbrot
1 Teelöffel Butter oder Margarine
Etwas Kresse
2 Esslöffel Magerquark oder körniger
- Frischkäse
1 Esslöffel Milch
1 Teelöffel Frische Kräuter
50 Gramm Salatgurke
Jodsalz
Pfeffer

Brot mit Streich-fett bestreichen und Kresse daraufstreuen, halbieren und zusammenklappen. Den Magerquark mit den Zutaten anrühren und würzen. In ein verschließbares Schälchen abfüllen.

* etwa 219 kcal/920 kJ *

Unser Tipp:
Frische Kräuter bereits am Abend vorher zubereiten. Luftdicht im Kühlschrank verwahrt, verlieren sie kein Aroma.

Pfeffer-Brötchen

1 Scheibe Roggenbrot
etwas Butter
2 Salatblätter
125 Gramm körnigen Frischkäse
1/2 Zwiebel, gehackt
1 Teelöffel Kümmel
1 Teelöffel zerdrückte grüne
Pfefferkörner
1/2 Teelöffel Paprika edel süß
2 Zentiliter Kirschwasser
1 Prise Jodsalz
1 Prise Pfeffer
1 Esslöffel Schnittlauch,
gehackt

Das Roggenbrot halbieren und dünn mit Butter bestreichen. Jede Hälfte mit einem Salatblatt belegen. Den Frischkäse mit der gehackten Zwiebel, dem Kümmel, den Pfefferkörnern und dem Paprika verrühren. Mit dem Kirschwasser verfeinern. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Alles auf den Brötchen verteilen. Mit Schnittlauch bestreut servieren.

Pide Einfache Brotfladen

Menge: 4 Portionen

500 Gramm Mehl
125 Milliliter Milch
etwas Zucker
30 Gramm Hefe
100 Gramm handwarme Butter
2 Eier (Größe M)
1 Esslöffel Salz
2 - 3 Esslöffel Olivenöl
2 Eigelb (Größe M)
4 Esslöffel Wasser
1 Esslöffel Kümmel
1 Esslöffel grobes Salz
1 Esslöffel Koriander-Körner

Das Mehl in eine Schüssel sieben. Die Milch handwarm erwärmen, den Zucker einrühren und die Hefe hineinbröckeln. Die Hefe-Milch 10-15 Minuten gehen lassen. Anschließend die Hefe-Milch mit der Butter, den Eiern, dem Salz, dem Olivenöl zum Mehl geben und zu einem glatten Teig verschlagen.

Den Teig abdecken und an einem warmen Ort etwa 30 Minuten gehen lassen. Nochmals kräftig durchschlagen und erneut 30 Minuten gehen lassen.

Anschließend portionsweise kleine Kugeln abdrehen und diese auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen. Ein Backblech mit etwas Olivenöl ausfetten und die Teigfladen darauf legen.

Das Eigelb mit Wasser verrühren und die Teigfladen damit bestreichen. Anschließend mit Kümmel, grobem Salz und Koriander-Körnern betreuen.

Nochmals 10 Minuten gehen lassen und im auf 180 Grad vorgeheiztem Backofen je nach Größe 15 - 20 Minuten ausbacken.

Die Fladen heraus nehmen und warm oder kalt servieren.

Pikante Brot-Torte

Menge: 8 Portionen

1 rundes Mischbrot
200 Gramm Butter
1 Kopfsalat
750 Gramm kalter Braten
125 Gramm Mayonnaise
4 Tomaten, feste
3 Eier, hartgekocht (Gößre M)
1 Bund Radieschen
Jodsalz & Pfeffer

Zum Garnieren

Käsecreme
Lachs-Scheiben
Anschovis-Filets
Radieschen
Gewürzgurken
Kapern

Vom Brot die Kruste abschneiden, die Krumme oben flach und das Brot in vier gleichmäßige tortenboden-ähnliche Scheiben schneiden, diese mit Butter bestreichen. Die unterste Scheibe mit in Streifen geschnittenen Salatblättern belegen, darauf die Hälfte des in Scheiben geschnittenen Bratens verteilen und Mayonnaise-flöckchen aufsetzen. Darüber kommt ein Brot-boden mit Tomaten-, Ei- und Radieschen-Scheiben (Salz, Pfeffer und nach Wunsch Kapern darüberstreuen) und wieder ein Boden, wie der unterste belegt. Mit der vierten Scheibe die Torte abdecken, oben und ringsum dünn mit Käsecreme einstreichen und mit Lachs- oder Anschovis-Röllchen, Radieschen, Gurken-Streifchen und Kapern garnieren.

Pikanter Bulgur mit Auberginen

Menge: 4 Portionen

750 Gramm Auberginen, 1/4 Liter Schlagsahne
50 Gramm Weinblätter, ungefüllt, --eingelegt
150 Gramm Schalotten
3 Rote Chili-schoten, klein
100 Gramm Pinienkerne
50 Gramm Rosinen
1/4 Liter Öl
2 Esslöffel Sesamöl
300 Gramm Bulgur
400 Milliliter Gemüsefond
Jodsalz
1/4 Teelöffel Piment
100 Gramm Mehl
3 Eier (Größe M)
200 Gramm Parmesan, frisch gerieben
1 Bund Koriandergrün
300 Gramm Vollmilchjoghurt

Auberginen längs in etwa 1 1/2 Zentimerter dicke Scheiben schneiden, dabei Randstücke gerade schneiden, damit die Panade hält. Dicht an dicht in eine flache Schale legen und mit der Sahne begießen. 1 Stunde ziehen lassen, dabei mehrmals wenden.

Weinblätter gründlich abspülen. 2-3 Blätter beiseite legen, von den restlichen die dicken Blattrippen und Stiele entfernen. Blätter in feine Streifen schneiden. Schalotten pellen und fein würfeln. Chili-schoten aufschlitzen, entkernen und sehr fein würfeln.Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Chili, Schalottenwürfel, Weinblätterstreifen und Rosinen in 2 Esslöffel heißem Öl und dem Sesamöl unter Wenden 2-3 Minuten bei mittlerer Hitze anschwitzen. Bulgur unterrühren, mit Fond auffüllen und mit Salz und Piment würzen, zugedeckt bei kleiner Hitze 10-15 Minuten ausquellen lassen. Auberginen aus der Sahne nehmen und trocken tupfen.

Das restliche Öl in einer großen Pfanne auf 180 Grad Celsius erhitzen. Auberginen zuerst im Mehl wenden, dann durch die verquirlten Eier ziehen und von beiden Seiten in den Parmesan drücken. Portionsweise in heißem Öl auf jeder Seite 2 Minuten goldbraun ausbacken. Bulgur mit Pinienkernen und gehacktem Koriander mischen, auf den Weinblättern anrichten. Mit Auberginen und Joghurt servieren.

Pilzbrot

Menge: 1 Brot

40 Gramm Hefe
1 Tasse lauwarmes Wasser
150 Gramm Blätterteig
1 kleine Dose geschnittene Champignons
1/2 Bund Petersilie
500 Gramm Weizenmehl
1 Esslöffel Jodsalz
25 Gramm Butter
3/8 Liter Lauwarmes Wasser
1 Eigelb (Größe M)
3/4 Tasse Wasser

Hefe in der lauwarmen Milch auflösen.
Blätterteig auftauchen lassen.
Pilze abtropfen lassen und Petersilie fein hacken.
Mehl in Back-Schüssel sieben, gelöste Hefe zugießen und vermengen.
Salz, erwärmte Butter und nach und nach Milch untermengen.
Pilze und Petersilie zugeben und unterarbeiten.
Wenn Teig Blasen wirft mit Mehl bestäuben.
Zudecken und warm gestellt 30-40 Minuten gehen lassen.
Blätterteig auf einem bemehlten Brett ausrollen (etwa 30x30 cm).
Teig, wenn er sich verdoppelt hat, zu einer etwa 25 cm langen Rolle formen.

Auf den Blätterteig legen und einschlagen.
Kanten anfeuchten und zusammendrücken.
Mit der Nahtstelle nach unten auf ein nasses Backblech legen.
Mit einem Messer längs einschneiden.
Zudecken und 5 Minuten ruhen lassen.
Mit verquirltem Ei bestreichen.
Tasse heißes Wasser auf das Blech stellen.
In vorgeheizten Backofen, untere Schiene, schieben.
Nach 20 Minuten Ofen öffnen, zum Dampf abziehen.
30-40 Minuten backen. 220 Grad Celsius.
Frisch essen (mit Butter bestrichen)!

Pinienbrötchen

Menge: 30 Stück

350 Gramm mehlig kochende Kartoffeln
250 Gramm gemahlene Mandeln
250 Gramm Puderzucker
1 Vanillin-Zucker
2 Eigelb (Größe M)
1 Bitter-mandel-Aroma
100 Gramm Pinienkerne (oder gehackte
- Mandeln
oder Pistazien)

Kartoffeln mit der Schale kochen. Abschrecken, pellen, mit einer Gabel zerdrücken. Erkalten lassen. Mandeln mit gesiebtem Puderzucker, Vanillin-zucker, Eigelb und Mandel-aroma dazugeben. Alles gut verkneten. Aus dem Kartoffelteig walnuss große Kugeln formen. In Pinienkernen wälzen. Man kann auch mit 2 Teelöffeln kleine Klößchen formen und mit gehackten Mandeln oder Pistazien bestreuen.

Über Nacht etwas antrocknen lassen.

Pitah

Menge: 8 Portionen (Für 8 Pitah)

20 Gramm frische Hefe
1/2 Teelöffel Zucker
1 1/2 Tassen lauwarmes Wasser
5 Tassen Roggenmehl
1/2 Teelöffel Jodsalz
2 Esslöffel Öl

Hefe und Zucker mit der Hälfte des Wassers verrühren, einige Minuten stehen lassen, bis sich Blasen bilden. Mehl, einen Esslöffel Öl, Salz und restliches Wasser hinzufügen, die Zutaten gut vermengen. Einen glatten, elastischen Teig kneten; daraus eine Kugel formen, in Öl wälzen. Eine Stunde in einer Schüssel ruhen lassen.

Den Teig durchkneten, acht-teilen, daraus Kugeln formen. Die Teig-kugeln eine halbe Stunde ruhen lassen. Derweil den Backofen auf hoher Stufe vorheizen.

Die Teig-kugeln mit Mehl bestäuben, dünn ausrollen und auf zwei warme, mit Öl gerettete Backbleche verteilen. Nicht zu nahe beieinander, weil der Teig aufgeht! Die Bleche mit Tüchern bedecken, eine halbe Stunde zur Seite stellen.

Die Fladenbrote werden kurz in sehr heißem Ofen auf der unteren Schiene gebacken, bis sie aufgehen und hellbraun aussehen. Aus dem Ofen nehmen, jede Pitah in Alufolie einschlagen. Nach 15 Minuten ist das Brot abgekühlt und zusammengefallen; im Innern ist eine flache Luftblase entstanden.

Pitahbrot

Menge: 8 Stuck

1/2 Päckchen Trocken-Backhefe
375 Gramm Mehl
1 Teelöffel Zucker
1 Teelöffel Jodsalz
1/8 l lauwarmes Wasser
1 Eigelb (Größe M)
1 Esslöffel Kondensmilch
2 Esslöffel Sesamsamen

Hefe unter das Mehl mischen. Zucker, Wasser und Salz zugeben und gut verkneten. Mit Tuch bedeckt etwa eine Stunde gehen lassen. Teig dann durchkneten in 8 Stücke teilen und zu Kugeln formen. Auf bemehlter Arbeitsfläche 5 Minuten ruhen lassen, zu 1 cm dicken Fladen aus-wellen, und mit Tuch bedeckt nochmal gehen lassen (so halbe Stunde). Eigelb und Milch verquirlen, und die Fladen damit bepinseln. Den Sesam darüberstreuen und gleich ab mit dem Ganzen auf einem eingefettetem Blech in den vorgeheizten Ofen. In 10 Minuten sollten die Brote bei 225 Grad (Gas Stufe 4) hellgelb gebacken sein.

8 Stück haben etwa 920 kJ.

Pitta-Fladen / Khubuz

Menge: 4 Portionen

3 Tassen Mehl
1 Paket Hefe
3/4 Teelöffel Jodsalz
1 Tasse Wasser, lauwarm
1 Esslöffel Öl
etwas Zucker

Aus den angegebenen Zutaten einen Hefeteig bereiten, wie gewohnt.
Zu einer Kugel formen, mit Öl bestreichen und an einem warmen Platz
zur doppelten Größe aufgehen lassen.

Danach noch einmal gut durchkneten.

Den Teig in 6 Portionen teilen (man kann auch mehrere kleinere
Portionen machen, wie man möchte.)
Jeden Ball zu einer schönen runden Scheibe ausrollen. Nochmals 20
Minuten ruhen lassen.

Den Ofen auf größte Hitze vorheizen, bei den meisten Elektroherden
sind das 250 Grad Celsius, wer es heißer kann, der darf, dabei schon ein
Backblech mit aufheizen, das ist sehr wichtig damit der Fladen
hinterher eine schöne Tasche bildet.

Nun die Fladen nacheinander in den vorgeheizten Ofen und zwar an die
heißeste Stelle einschieben.

Bei Elektroherden ist dies die untere Schiene, bei Gas die obere!!!!!

Die Fladen nun etwa 5 Minuten backen lassen, wer den Vorgang beobachten
kann, wird sehen wie sie sich zur Kugel aufblähen, nur leicht Farbe
annehmen lassen, damit sie elastisch bleiben.

Die Taschen werden dann halbiert und mit Tomaten, Salat und Fleisch
gefüllt dazu gibt man einen Löffel Tahini Soße.

Man kann Geschnetzeltes, oder Schafskäse rein geben, was immer man möchte.

Pizza- und Brötchenteig

Menge: 1 Portion

1 Kilogramm Weizenmehl (Typ 550)
20 Gramm Hefe
600 Milliliter kaltes Wasser
2 Teelöffel Jodsalz
2 Teelöffel Zucker

Alle Zutaten in das kalte Wasser einrühren. Den Teig 24 Stunden zugedeckt (Folie) im Kühlschrank gehen lassen.
Zum Backen 1 Tasse heißes Wasser mit in den Ofen stellen.
Teig innerhalb von 3 Tagen verbrauchen.

Pizza-Brote mit Kräutern und Oliven

Menge: 1 Portion

1/2 Bund Oregano
2 Bund Thymian
85 Gramm Oliven; schwarz
85 Gramm Oliven; grün
1 Knoblauchzehe
6 Esslöffel Olivenöl; kaltgepresstes
4 Packung Pizza-Backmischung;
- =Packung a 300 Gramm
Mehl; zum Bearbeiten
Öl; fürs Backblech, besser
- ist Maismehl
Salz; grobes

Oregano und Thymian-blätter von den Stielen zupfen. Die Oliven in Spalten vom Stein schneiden. Kräuter und Oliven fein hacken, Knoblauch pellen, fein pressen und alles mit Olivenöl mischen.

Den Teig nach Packung-Anweisung zu einer Rolle von etwa 5 cm Durchmesser formen. In ungefähr 55 Scheiben von 1 cm Breite schneiden. Die Teig-stücke auf eine bemehlten Arbeitsfläche zu runden, 2 mm dünne Fladen ausrollen.

Die Fladen auf ein leicht bemehltes Backblech legen. Je 1 Tl Kräuter-Oliven-Mischung und etwa grobes Salz darauf verteilen. Die Fladen nacheinander im vorgeheizten Backofen bei 225 Grad auf der 2. Einschub-leiste von unten 12-15 Minuten backen. Warm oder kalt servieren.

Unser Tipp:
Pizza-Brote könnt Ihr 1-2 Tage vorher backen und mit Küchentüchern abdecken. Dann bleiben sie knusprig. Dazu schmeckt - ja was wohl? Das steht im Rezept Knoblauch-creme mit Spargel-Bohnen-Salat.

Pizzabrötchen 1

400 Gramm Mehl
2 Pakete Trockenhefe
4 Esslöffel Öl
1/4 Liter lauwarmes Wasser
2 Teelöffel Jodsalz

Mehl und Hefe werden miteinander vermischt, dann die restlichen Zutaten dabei. Schön miteinander verkneten, gehen lassen und dann kleine Brötchen formen, in den Backofen etwa 200 Grad 25-35 Minuten.

Pizzabrötchen 2

Menge: 10 Brötchen

10 Brötchen
2 Eier (Größe M)
150 Gramm Gouda
200 Gramm Schinken
100 Gramm Salami
200 Gramm sauere Sahne
Pfeffer
Paprika
Origano

Schinken fein würfeln und mit den anderen Zutaten vermengen. Auf Brötchenhälften streichen. Etwa 10 Minuten bei 200 Grad Celsius überbacken

Pizzabrot (Brotbackmaschine)

Menge: 1 Brot (750 Gramm)

200 Milliliter Wasser
1 Esslöffel Öl
1 Teelöffel Jodsalz
1 Esslöffel Zucker
100 Gramm Salami geschnitten
1 Teelöffel Oregano
2 Esslöffel Parmesankäse
1/2 Würfel Frisch-Hefe
500 Gramm Weizenmehl 550

Backen mit einem Standard-Programm für Brot.
Keine Zeitvorwahl benutzen. Sofort backen.

Pizzabrot mit Mozzarella

Menge: 4 Portionen

1 Ciabatta (italienisches
-Brot)
40 Gramm Knoblauchbutter
3 Tomaten
Jodsalz
Pfeffer
8 Scheiben Salami
125 Gramm Mozzarella-käse
Oregano

Brot längs halbieren, Brot-hälften mit Knoblauchbutter bestreichen und auf ein Backblech legen.

Tomaten in Scheiben schneiden, auf die untere Brot-hälfte legen und mit Salz und Pfeffer würzen. Salamischeiben auf die Tomaten legen. Mozzarella in Scheiben schneiden, darauf verteilen und mit Oregano bestreuen. Die obere Brot-hälfte darauflegen. Backblech in den vorgeheizten Backofen setzen. E: Mitte. T. 225 C / 12 bis 15 Minuten.

Vor dem Servieren in vier Stücke schneiden.

Pizzabrot mit Schinken

Menge: 1 Portion

375 Gramm Mehl
30 Gramm Hefe
100 Milliliter lauwarmes Wasser, ca.
2 Esslöffel Olivenöl
1/2 Teelöffel Jodsalz
2 Eier (Größe M)
150 Gramm Mozzarella-käse
100 Gramm Parmaschinken
4 Blätter frischer Salbei

Mehl, zerbröckelte Hefe, Wasser, Öl, 1 Ei und Salz in eine Rührschüssel geben und mit dem Handrührgerät oder der Küchenmaschine in 3 - 5 Minuten zu einem geschmeidigen Hefeteig verarbeiten. Den Backofen 5 Minuten auf 50 vorheizen, ausschalten, den zugedeckten Teig 15 Minuten im Backofen aufgehen lassen. In der Zwischenzeit Mozzarella in kleine Würfel, Schinken in feine Streifen schneiden. Salbei fein hacken. Diese Zutaten nach dem Aufgehen unter den Hefeteig kneten, danach zu einem Laib formen und nochmals etwa 15 Minuten gehen lassen. Das zweite Ei mit einem Esslöffel Wasser verquirlen und den Teig damit bestreichen, im vorgeheizten Backofen backen.

Schaltung:
170 - 190°, 1 . Schiebe-leiste von unten
160 - 180°, Umluft-Backofen
etwa 35 Minuten
100 g Eiweiß, 98 g Fett, 281 g Kohlenhydrate, 10591 kJ, 2528 kcal.

Polenta mit grünen Chilis und Käse

Menge: 4 Portionen
(4 Portionen als Hauptgericht oder 8 als Beilage)

2 Tassen Milch
1 Tassen Wasser
3/4 Tasse Polenta
3 Knoblauchzehen, durchgepresst
1 Teelöffel Jodsalz
Butter für die Form
Jodsalz, Pfeffer
1/2 Tasse Parmesan, frisch gerieben
1 Dose grüne Chilis, in Scheiben
- abgetropft (etwa 200 Gramm)
1 Tasse Mais aus der Dose, abgetropft
2/3 Tasse Koriander-grün, gehackt
2 Tassen Monterey-Jack Käse, gerieben*
1/2 Tasse Sahne

* ersatzweise milder Gouda

Ofen auf 200 Grad Celsius vorheizen. Eine rechteckige Auflaufform (zum Beispiel Lasagne-Form buttern. Die ersten 5 Zutaten in einem großen Topf vermischen und zum Kochen bringen. Bei mittlerer Hitze unter ständigem Rühren köcheln lassen, bis die Polenta dick wird. Mit Salz und Pfeffer abschmecken; Parmesan mit einem Schneebesen unterziehen.

Die Hälfte der Polenta in der Auflaufform verstreichen. Die Hälfte der Chili-scheiben und des Mais darauf verteilen, die Hälfte vom Koriander-grün und Käse darüberstreuen. 1/4 Tasse Sahne darauf verteilen.
Vorgang wiederholen.

(Kann bis zu diesem Punkt vorbereitet werden. Abdecken und bis zu 24 Stunden im Kühlschrank aufbewahren).

Backen, bis der Käse zu bräunen beginnt - etwa 25 Minuten; wenn gekühlt, etwa 30 Minuten. In Portionen zerteilen und servieren.

Polnische Grützen, Begriffe und Basisrezept

GERÖSTETE BUCHWEIZEN-GRÜTZE

Menge; 1 Portion

1 Tasse Gebrannte Buchweizen-grütze
50 Gramm Schmalz
1 1/2 Tasse Wasser gesalzen

- ODER
1 1/2 Tasse Sud aus getrocknete Pilzen

Die Polen sind immer große Freunde und Kenner der Grütze (russisch kascha) gewesen und geblieben. Schon vor Jahrhunderten waren viele Arten der Zubereitung von Grütze bekannt. Aus ihr wurden sämige, nahrhafte Suppen bereitet, sie wurde in Milch gekocht, im Ofen gebacken und geröstet, mit ausgelassenem Speck, mit Butter, Öl und Käse angerichtet, mit Pilzen und Pflaumen verfeinert und - da man auf die Kartoffel noch einige Jahrhunderte warten musste - reichlich mit Sauce übergossen zu Fleisch aller Art gereicht.

Nach dem Auftauchen der Kartoffel begann die Vorliebe für Grütze nachzulassen, ganz erlosch sie allerdings nie. Die heutige polnische Küche hält die zu Rinderbraten und besonders zu Rouladen gereichte Buchweizen-Grütze, die Weizen-Grütze und die im Geschmack zarte Krakauer Grütze hoch in Ehren.

Begriff: Buchweizen-Grütze

Sie wird unter den polnischen Grützen am meisten geschätzt und besitzt ein ausgeprägtes Aroma und einen charakteristischen Geschmack. Sie wird zu allen Arten von Rinder- und Schweinebraten sowie Braten-Saucen - anstelle von Kartoffeln - serviert. Sie wird auch zu süßer, vor allem jedoch zu saurer Milch serviert.

Besonders geschätzt ist die "gebrannte" Grütze, das heißt roh geröstete Grütze von dunkler Farbe und intensiverem Geschmack.

Begriff: Krakauer Grütze

Eine sehr zarte, feinkörnige, geradezu erlesene Grütze, die aus entsprechend gemahlenem Buchweizen gewonnen wird.

(Fortsetzung):
Sie war die Lieblings-grütze der Königin Anna Jagiellonka (1523-1596), die regelmäßig aus Krakow an den Warschauer Königshof geliefert wurde, denn die Königin zog die Krakauer Grütze dem als Luxus geltenden Reis vor.

Krakauer Grütze kann auf vielerlei Art zubereitet werden, sowohl salzig als auch süß.

Rezept: Geröstete Buchweizen-Grütze

Schmalz in eine Pfanne erhitzen und die "gebrannte" Buchweizen-Grütze (nach sorgfältigem Verlesen: in der Grütze können sich Steinchen und andere Verunreinigungen befinden) unter Rühren so lange rösten, bis die Körner mit Fett gesättigt und leicht gebräunt sind (mit Schmalz ist die Grütze deutlich schmackhafter als mit Butter).

Dann mit gesalzenem siedendem Wasser übergießen und auf kleiner Flamme, am besten auf einer Asbestplatte, ziehen lassen.

Hat die Grütze das Wasser aufgesaugt, die Pfanne für 45 Minuten in die mäßig heiße Backröhre (ca. 200 C) stellen. Die so zubereitete Grütze ist herrlich locker.

Anstatt mit Wasser kann die Grütze auch mit einem leichten Sud aus (getrockneten) Pilzen übergossen werden.

Ganz typisch: als Beilage zu Zrazy zawijane (gefüllte Rinder-Rouladen). Oder einfach mit saurer Milch serviert.

Provencalisches Brot

Menge: 1 20 Zentimeter Form

1 kleine Zwiebel
20 Gramm Margarine
15 Gramm Hefe; frisch
1/2 Teelöffel Zucker
1/8 Liter Buttermilch
200 Gramm Weizenmehl Type 1050
50 Gramm Haferflocken; kernig
1 Teelöffel Jodsalz
100 Gramm Frischkäse mit Kräutern der
- Provence
1 Paket Tiefkühl-Kräutermischung; oder:
;frische Kräuter gehackt
Milch zum Bestreichen

Die Zwiebel schälen, würfeln, in der Margarine glasig dünsten und abkühlen lassen. Die Hefe zusammen mit Zucker und Buttermilch verrühren. Mehl zusammen mit Haferflocken, Salz und Frischkäse in eine Schüssel geben, die Hefe-Milch darüber gießen und alles zu einem glatten Teig verkneten. Die Zwiebelwürfel und die Kräuter unterkneten.

Den Teig zugedeckt an einem warmen Ort zur doppelten Größe aufgehen lassen, ihn dann wieder durchkneten. In eine mit Backpapier ausgelegte Kastenform

(Anmerkung: einfetten tut es auch) (20 Zentimeter Länge) füllen, nochmals gehen lassen.

Den Backofen auf 200 Grad Celsius vorheizen. Die Teig-Oberfläche mit Milch bestreichen und das Brot etwa 3/4 Stunden im Ofen backen.

Eine 20 cm-Form ergibt ca. 14 Scheiben

Zubereitungszeit: etwa 1 1/4 Stunde
Zeit zum Gehen: etwa 1 Stunde
etwa 110 kcal je Scheibe

Pulla

Menge: 1 Portion

1 Tasse (0,15 l) Milch
25 Gramm Hefe
1 Ei (Größe M)
1 Teelöffel Jodsalz
85 Gramm Zucker
1/2 Esslöffel Kardamon, zerstoßen
500 Gramm Weizenmehl
100 Gramm Butter

1. Die Milch auf Zimmertemperatur anwärmen. Die Hefe zerbröseln und mit der Milch verrühren. Das Ei schlagen und hinzufügen. Salz, Zucker und Kardamon hinzufügen. Das Mehl hinzugeben und tüchtig durchkneten. Die weiche, aber nicht zerlassene Butter oder Margarine unterkneten. Kneten, bis das Fett glatt eingearbeitet ist und der Teig sich von der Schüssel löst. Eine halbe Stunde bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

2. Wecken, Zöpfe oder Laibe formen.

3. Aufgehen lassen bis ein Fingerabdruck nicht mehr sichtbar bleibt.

Pumpernickel 1

Menge: 1 Portion

500 Gramm Weizenschrot
250 Gramm Roggenschrot
200 Gramm Sonnenblumenkerne
100 Gramm Sesam; oder Leinsamen
500 Gramm Weizenmehl
1 Liter Buttermilch
2 Päckchen Hefe
1 Päckchen Rübenkraut
1 Teelöffel Salz

Weizenschrot, Roggenschrot, Sonnenblumenkerne, Sesam und Weizenmehl in einer großen Schüssel mischen.

Buttermilch langsam (und nur lauwarm) erwärmen. Hefe, Rübenkraut und Salz unter ständigem Rühren hinzufügen.

Erwärmte Buttermilch über das Körnergemisch geben und beides vermengen. Dieses in eine gefettete und mit Mehl bestäubte Kastenform geben.

2 3/4 Stunden im Heißluftherd bei 130 Grad Celsius backen. Anschließend mit Alufolie abdecken und zwei weitere Stunden im abgeschalteten Herd stehen lassen.

Pumpernickel 2

Menge: 1 Portion

750 Gramm Roggenschrot grob
750 Gramm Roggenschrot mittel
500 Gramm Sauerteig
160 Gramm Rübenkraut
25 Gramm (2 Esslöffel) Jodsalz
3/4 Liter Wasser (nach Gefühl!)

In einer Schüssel die Schrot-Sorten gut vermischen, den Sauerteig und die übrigen Zutaten zugeben und alles gründlich durchkneten. Anschließend 3-4 Stunden gehen lassen (das Teig-Volumen muss um ca. die Hälfte zunehmen). Nun erneut durchkneten und zu einer Wurst (32 cm) formen. Diese Wurst in einen Form (11*32 cm) geben und nochmals 15-20 Minuten gehen lassen. Jetzt die Teigoberfläche gut anfeuchten und die Form oben mit Alufolie gut verschließen. Jetzt etwa 10-12 Stunden bei 125-150 Grad auf unterer Schiene backen. Danach noch etwa 60 Minuten im heißen Backofen lassen.

Schon beim Backen riecht es, dass einem das Wasser im Munde zusammenläuft. Allerdings ist es nicht so ganz einfach - wenn man die Hitze zu gering wählt, so gart es nicht richtig durch und ist innen unendlich klebrig. Ohnehin ist es ziemlich schwierig zu schneiden. Außerdem sollte man sichergehen, dass der Schrot auch wirklich gut gequollen ist, sonst wird es ziemlich zäh und trocken.

Die Kruste kann durch den karamellisierten Zucker ziemlich hart werden - ich glaube, früher hat man das Zeug auch in einem feuchten Lappen aufbewahrt um die Kruste etwas aufzuweichen

Pumpernickel 3

Menge: 2 Brote

1 1/4 Liter Wasser 50 Grad
1 Esslöffel Jodsalz
je 1/2 Teelöffel gemahlener Anis, Koriander,
-Kümmel und Fenchel
600 Gramm Roggenschrot grob gemahlen
500 Gramm Weizen-Vollkornmehl
300 Gramm Gerstenmehl
1 Esslöffel Honig

1. Alle Zutaten zu einem Teig mischen. Zwei 2-Liter formen buttern und den Teig hineingeben. Mit nassen Fingern die Oberfläche glätten.

2. Die Formen mit Frischhaltefolie abdecken und 16-20 Stunden warm (29 Grad) stellen. Es wird eine spontane Gärung eintreten und der Teig wird in den Formen aufgehen.

3. Den Backofen auf 110 Grad erwärmen, eine mit kochendem Wasser gefüllte Fettpfanne in den Ofen schieben und ein Back-Gitter darauf legen. Die Brote mit Aluminiumfolie abdecken und auf das Gitter stellen. Etwa 6 Stunden backen, bis die Brote sich fest anfühlen. Die Folie wegnehmen und nochmals 30 -60 Minuten backen, bis sich eine harte Kruste gebildet hat.

4. Die Borte aus dem Ofen nehme und in den Formen einige Minuten abkühlen lassen. Sie lassen sich dann leichter aus den Formen lösen. Die Brote auf ein Gitter legen und auskühlen lassen. Danach 24 Stunden in ein Handtuch gewickelt reifen lassen.

Pumpernickel selbstgemacht

Menge: 1 Portion

500 Gramm Weizenschrot
250 Gramm Roggenschrot
200 Gramm Sonnenblumenkerne
100 Gramm Sesam oder Leinsamen
500 Gramm Weizenmehl
1 Liter Buttermilch
2 Päckchen Hefe
1 Päckchen Rübenkraut
1 Teelöffel Jodsalz

Weizenschrot, Roggenschrot, Sonnenblumenkerne, Sesam und Weizenmehl in einer großen Schüssel mischen.

Buttermilch langsam (und nur lauwarm) erwärmen. Hefe, Rübenkraut und Salz unter ständigem Rühren hinzufügen.

Erwärmte Buttermilch über das Körnergemisch geben und beides vermengen. Menge in eine gefettete und mit Mehl bestäubte Kastenform geben.

2 3/4 Stunden im Heißluftherd bei 130 Grad Celsius backen. Anschließend mit Alufolie abdecken und 2 weitere Stunden im abgeschalteten Herd stehen lassen.

Puri

Menge: 1 Portion

375 Gramm Weizen-Vollkornmehl
etwa 300 Gramm Wasser
3/4 Teelöffel Jodsalz
2 Messerspitze Chilies
2 Messerspitze Kardamom
Öl zum Frittieren

Das frisch gemahlene Mehl mit Jodsalz, Gewürzen und Wasser zu einem mittel festen Teig kneten. Den Teig immer wieder umschlagen, dass er glatt und geschmeidig wird. 20 Minuten ziehen lassen. Wieder durchkneten, kleine Stückchen abnehmen, diese zu Kugeln formen und auf einer bemehlten Fläche zu dünnen Fladen ausrollen, nicht dicker als 2-3 mm, Durchmesser 10 cm. Einen Topf oder eine Friteuse mit Fett füllen und die Fladen darin auf beiden Seiten braun backen.

Man isst diese Fladen mit einem scharfen Linsen-Brei, Rezept unbekannt. Wir würden gekochte rote Linsen klein mixen und dann mit Sambal Oelek, Curry, Salz, eventuell Zwiebel abschmecken.

Puri (Fladenbrot)

Menge: 1 Portion

150 Gramm Maismehl
50 Gramm Weizenmehl
1 Teelöffel Jodsalz
10 Esslöffel Wasser
1 Esslöffel Butterschmalz; (1)
Butterschmalz; oder
-- Pflanzenöl; zum Frittieren

Mais-, Weizenmehl und Salz vermischen, Wasser hinzufügen und alles zu einem festen Teig verarbeiten. Butterschmalz (1) einarbeiten. Den Teig kneten, schlagen, kneten..., je länger, desto besser wird das "Puri"! Den Teig pro Fladen in eine etwa walnussgroße Kugel teilen.

Die Kugeln zwischen eingeölten Händen oder auf einer geölten Arbeitsfläche flachdrücken. Die Fladen etwa 1 Stunde nebeneinander oder durch ein Tuch getrennt ruhen lassen - je länger, desto lockerer wird das Brot.

Öl oder Butterschmalz in einer Friteuse erhitzen, bis leichter Rauch aufsteigt. Die "Puris" einzeln ausbacken. Während des Backens ständig Öl über die Fladen gießen, bis diese sich aufblähen. Wenden und die andere Seite ebenso ausbacken.

Sobald beide Seiten goldbraun sind, mit einem Schöpflöffel aus der Friteuse nehmen und auf Küchenkrepp das überflüssige Fett abtropfen lassen. Heiß mit einer Füllung (siehe gesonderte Rezepte 'Halwa' - süß bzw. 'Aloo Chana' - herzhaft) servieren.

Info:
Das Grundnahrungsmittel Pakistans ist "Chapall", das sind ungesäuerte Fladenbrote von fester Struktur und wunderbarem Geschmack.
Während "Chapalls" auf dem Backblech ausgebacken werden, bereitet man "Puri" in heißem Butterschmalz oder Öl zu.

Eine Kochseite von Köche-Nord.de mit Kochforum

Auf Köche-Nord.de vereinen sich Tradition und Moderne. In unserem Kochforum finden Sie die verschiedensten Kochrezepte, Interessierte können sich gerne beteiligen, Beiträge sind jederzeit willkommen. Wir haben schon ca. 38.000 Kochrezepte in unserem Forum Online. Außerdem haben wir einen Gemeindebrief (Newsletter), der Ihnen einmal im Monat die Rezepte der aktuellen Saison aus unserem Forum empfiehlt, einen Saisonkalender und auch einen Kalender für essbare Wildkräuter. Dazu bieten wir außerdem ein kostenloses Lebensmittellexikon (als PDF-Version) zum Download an.

Rezepte aus Hamburg
Rezepte aus Mecklenburg-Vorpommern
Gerichte aus Niedersachsen
Kochrezepte aus Schleswig-Holstein
Spezialitäten aus Bremen
Rezepte aus Burgdorf

Aufstrich
Beilagen Rezepte
Brot Rezepte
Chinesische Rezepte
Desserts, Nachspeisen
Eierspeisen

Eintöpfe, Aufläufe
Exotisches
Flammkuchen
Fischgerichte
Fleischgerichte
Fleischlos glücklich (Christen kochen sich vegetarisch um die Welt)

Geflügelgerichte
Alkoholfreie Getränke
Alkoholische Getränke
Gewürze
Grundlagen, Informationen von den Küchenmeistern

Italienische Küche (Pizza und mehr)
Kartoffel-, Gemüsegerichte
Kamelle
Kuchen, Gebäck, Pralinen
Käsegerichte
Marmeladen

Mehlspeisen, Nudeln
Mellendorfer Rezepte (Wedemark/Raum Hannover)
Mexikanische Rezepte (aus der Wedemark/Raum Hannover)
Menüs
Pasteten, Terrinen
Pilzrezepte
Reisgerichte

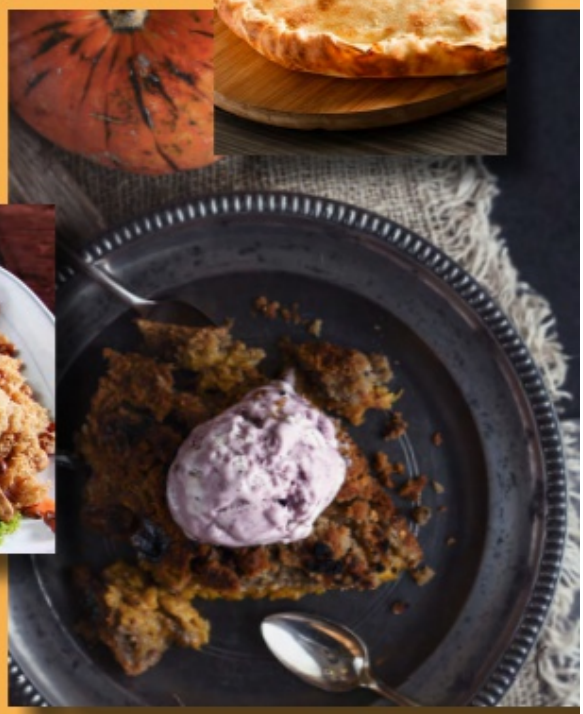
Salate
Saucen, Marinaden
Rezepte aus dem Sauerland (für Friedrich Merz)
Sonstiges
Spanische Rezepte
Syrische Rezepte
Uckermark Rezepte

Vegane Rezepte von www.animalequality.de
Vegetarisches
Vorspeisen, Suppen

Die geheimen McDonalds-Rezepte
Die geheimen Burger King-Rezepte
Fitness-Rezepte (Sport + Rezepte)
Kochen mit Hartz IV
Essbare Wildpflanzen

Chia Samen Rezepte

Unsere kostenlosen Kochbücher finden Sie unter https://xn--kche-nord-07a.de/kochbuecher.html



www.köche-nord.de

Koch.Mellendorf/