



Wenn man Brotrezepte googelt, macht man immer wieder abenteuerliche Entdeckungen... da stößt man beispielsweise auf ein „Rezept von Spitzenkoch Holger Stromberg“ für ein Buttermilchbrot im SZ-Magazin: 300 g Roggenmehl (ohne Typenangabe), 300 g Weizenmehl (mit Typenangabe, nämlich 405), natürlich Buttermilch und Salz, dazu 2 TL Backpulver und 1 TL Natron. Beworben wird das Rezept vor allem damit, daß es „schnell gemacht“ ist, „da es ohne Gehzeit auskommt.“

Umso dankbarer können wir all den professionellen Hobbybäckern sein, die ihre Kenntnisse und ihr Wissen teilen. Zu den Koryphäen hier in Deutschland zählt mit Sicherheit Gerd mit seinem Blog www.ketex.de. Von ihm habe ich auch das Rezept für dieses hervorragende Brot übernommen. Ob er es selbst entwickelt oder aus anderer Quelle übernommen hat, weiß ich nicht. Natürlich konnte ich nicht umhin, das Rezept im Laufe der Jahre immer wieder zu modifizieren. So ist ein Hefevorteig hinzugekommen, um die Menge an Frischhefe deutlich zu reduzieren, ich habe die Flüssigkeitsmenge erhöht und einige Zutaten angepaßt.

Das Brot paßt zu allen Belägen und Aufstrichen, hat einen angenehm ausgewogenen Geschmack und erzeugt beim Kauen auf Zunge und Gaumen ein wonniges Wohlgefühl.

Gesamtzutaten (für ca. 1 kg Brot)

- 60 g Wasser
- 465 g Buttermilch
- 8 g Anstellgut (Roggen)
- 5,3 g Hefe
- 70 g Roggenmehl 1370
- 90 g Weizenmehl 1050
- 125 g Weizenmehl 550
- 160 g Roggenmehl 997
- 12 g Backmalz (inaktiv)
- 70 g Roggenschrot mittel
- 20 g Dinkelschrot mittel
- 35 g Sonnenblumenkerne
- 35 g Leinsaat
- 20 g Hirse
- 35 g Haferflocken (kernige)
- 13 g Salz

Zubereitung (Fertigstellung ca. 12 Uhr)

Tag 1 – 18:00

Sauerteig

- 60 g Wasser, handwarm
- 8 g Anstellgut (Roggen)
- 70 g Roggenmehl 1370

Gut vermengen und 14 Stunden bei guter Raumtemperatur reifen lassen.

Vorteig

- 90 g Wasser, handwarm
- 0,8 g Hefe
- 90 g Weizenmehl 1050

Verkneten und 14 Stunden bei Kellertemperatur (12–14 °C) gehen lassen. Wer keinen kühlen Raum hat, läßt den Vorteig 2 Stunden bei Raumtemperatur anspringen und stellt ihn dann in den Kühlschrank.

Brühstück

Sonnenblumenkerne und Haferflocken ohne Fett in der Pfanne goldbraun rösten. 230 g Buttermilch erhitzen, aber nicht kochen. Die Milch flockt dabei aus. Kerne und Flocken mit Roggen- und Dinkelschrot, Leinsaat, Hirse und dem Salz vermischen. Die Buttermilch darübergießen und vermengen. Abgedeckt abkühlen und quellen lassen.

Tag 2 – 8:10

Hauptteig

- Sauerteig
- Vorteig
- 145 g Buttermilch
- Brühstück
- 125 g Weizenmehl 550
- 160 g Roggenmehl 997
- 12 g Backmalz (inaktiv)
- 4,5 g Hefe

4 Minuten langsam, dann 6 Minuten schnell kneten. 75 Minuten Teigruhe

Tag 2 – 9:40

Den Teig zu einem Laib wirken. Mit dem Bräunwisch oder feuchten Händen abstreichen und mit Haferflocken oder Kernen bestreuen. Mit dem Schluß nach unten in einen Gärkorb geben und 75 Minuten bei guter Raumtemperatur gehen lassen.

Tag 2 – 11:00

Bei 250 °C einschließen und schwaden. 15 Minuten anbacken.

Tag 2 – 11:55

Auf 190 °C herunterschalten und 45 Minuten fertig backen.