



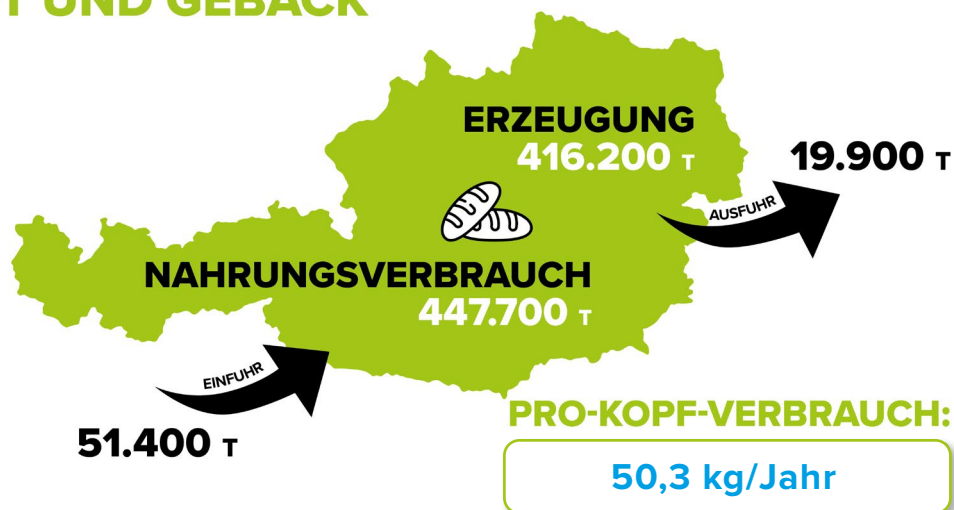
# BROT

## Brotherstellung – Teigführung

### 1 SCHÄTZE

Wie hoch ist der Pro-Kopf-Verbrauch an Brot in Österreich?

### SELBSTVERSORGUNG MIT BROT UND GEBÄCK



### 2 VIDEOANALYSE

Du hast die Schritte der Brotherstellung bereits kennengelernt.

Schau nun das Video „Teigführung – Kurzzeit, Langzeit, Sauerteig, Vorteig“ an und bearbeite im Anschluss die Arbeitsaufgaben. Du findest das Video mit folgendem Link: <https://youtu.be/Mn1lf5DMIS4> oder unter diesem QR-Code:

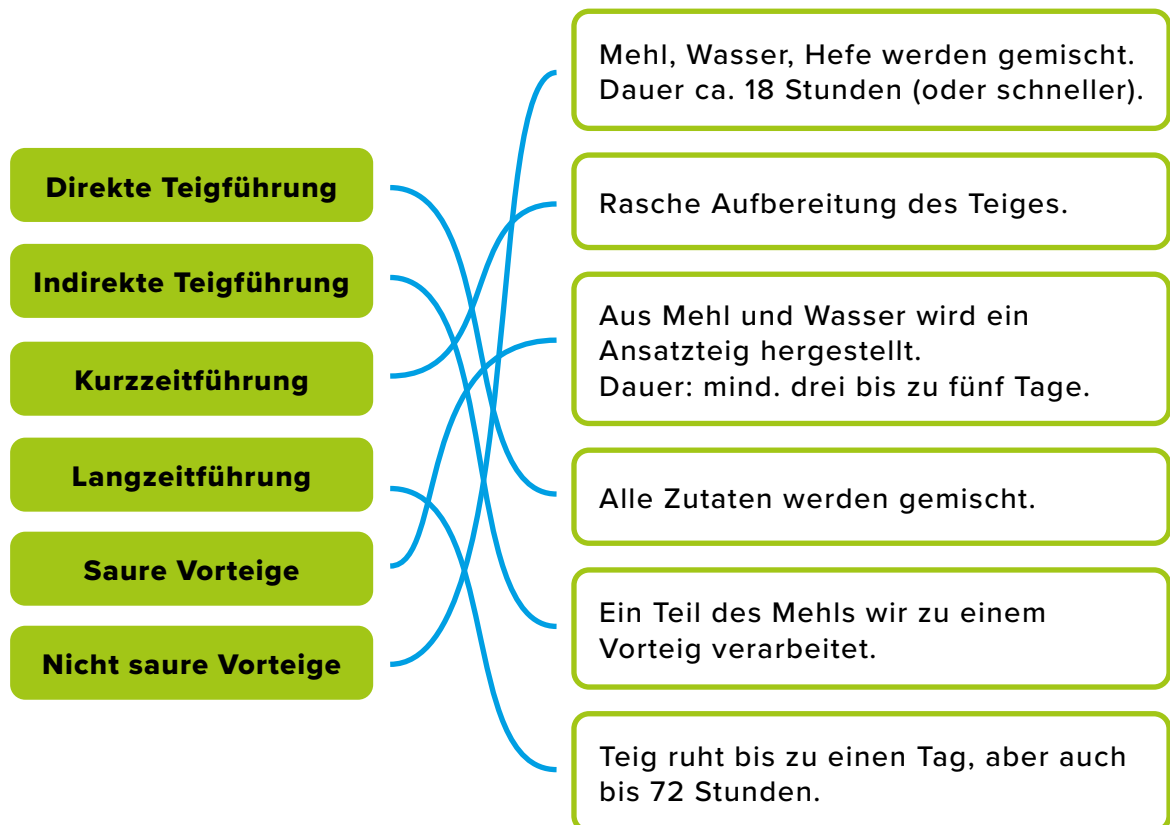


- Zähle Faktoren auf, die entscheidend für die Brot- und Gebäckqualität sind:

Hauptrohstoff Mehl, Technologie der Bäckerei,  
Können des Bäckers oder der Bäckerin



- Bei der Teigführung gibt es einige Unterschiede, die den Geschmack und die Verträglichkeit des Brotes beeinflussen. Hast du dir diese gemerkt? Ordne die Fachbegriffe den Erklärungen richtig zu!



### 3 SAUERTEIG LIEGT VOLL IM TREND, DOCH WAS IST DAS GENAU?

Trage die Rezeptschritte für jeden Tag ein und erkläre was im Teig geschieht.



**TAG 1**

75 g Roggenmehl und 75 ml warmes Wasser vermischen und an einem warmen Ort 24 Stunden abgedeckt stehen lassen.



**TAG 2**

Erneut 75 g Roggenmehl und 75 ml warmes Wasser vermischen, wieder abdecken und an einem warmen Ort 24 Stunden stehen lassen.



**TAG 3**

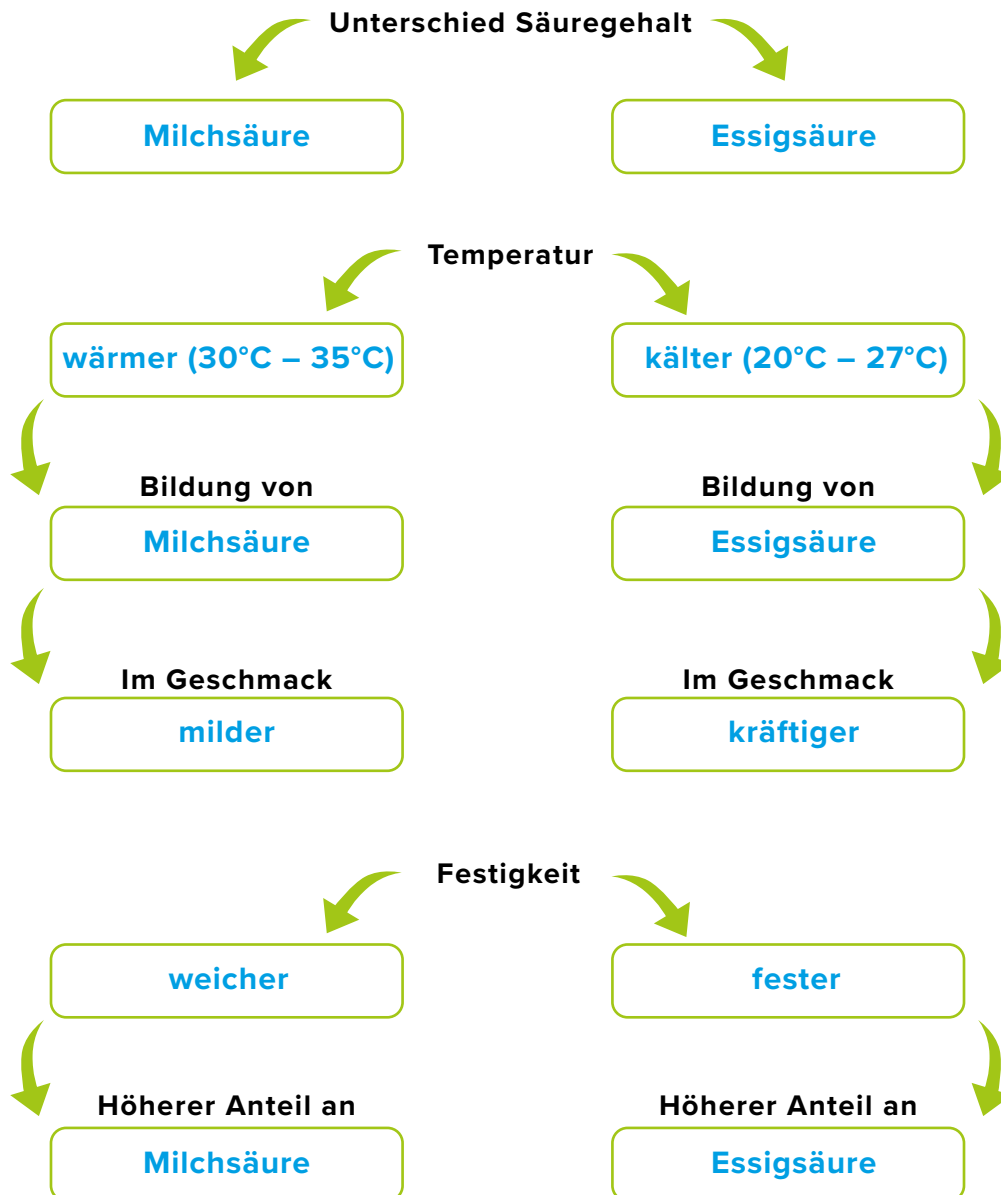
Erneut 75 g Roggenmehl und 75 ml warmes Wasser vermischen, wieder abdecken und an einem warmen Ort 24 Stunden stehen lassen.

Ab dem dritten Tag bilden sich die ersten Gärungsbläschen. Es entwickeln sich Säuren, Bakterien und die natürliche Hefe aus dem Roggenmehl. Der Säuregehalt wird von der Konsistenz, der Dauer und der Temperatur bestimmt.



## 4 RECHERCHIERE UND TRAGE EIN

- Es gibt verschiedene Faktoren, die den Sauerteig beeinflussen. Auch geschmacklich hat dies Auswirkungen. Ergänze die aufgelisteten Einflussfaktoren.



- Zähle Vorteile des Sauerteiges auf:

Lange Teigführung bringt eine bessere Verträglichkeit, gute Aromenbildung, Zusatzstoffe im Brot (z.B. Backtriebmittel) können verringert werden.

Ist der Sauerteig fertig, kann er zu Brot weiterverarbeitet werden.

Bleibt Sauerteig übrig, kann dieser in einem verschlossenen Glas im Kühlschrank aufbewahrt werden. Möchte man wieder Brot backen, kann man das so genannte „Anstellgut“ erneut mit 75 g Roggenmehl und 75 ml warmen Wasser „anfüttern“. In der Fachsprache nennt man dies „Anfrischsauer“. Nach einer mehrstündigen Ruhepause an einem warmen Ort, vermehren sich die Bakterien erneut.

Reine Sauerteigbrote werden ohne Hefe hergestellt, haben einen intensiveren Geschmack und sind besser verträglich.

## 5 GRUNDREZEPT: BROT BACKEN MIT SAUERTEIG

**Bei diesem Rezept handelt es sich um ein Grundrezept für ein Brot mit Sauerteig, das beliebig verändert werden kann. Du kannst zum Beispiel Dinkel- statt Weizenmehl verwenden oder Nüsse und Samen in dein Brot hineingeben.**

### Zutaten:

- 250 g Roggenmehl, Type 960
- 250 g glattes Weizenmehl, Type 480
- 1 EL Salz (ca. 20 g) (z.B. Siede- oder Steinsalz)
- 1 EL Brotgewürz (Kümmel, Fenchel, Anis, Koriander)
- 250 g Sauerteig
- 250 ml lauwarmes Wasser



### Zubereitung:

- Mehl auf eine saubere Arbeitsfläche sieben. Mit Brotgewürz und Salz vermengen.
- Danach Sauerteig und Wasser hinzugeben und mit der Hand zu einem Teig zusammenkneten. Alternativ kann auch eine Küchenmaschine mit Knetfunktion angewendet werden.
- Den Teig mit einem sauberen Geschirrtuch zugedeckt eine halbe Stunde rasten lassen.
- Anschließend den Teig zu einem runden oder länglichen Brotlaib formen und für weitere 1,5 Stunden zugedeckt rasten lassen, idealerweise in einem bemehlten Gärkorbchen.
- In der Zwischenzeit das Backrohr auf 250 °C Ober- und Unterhitze vorheizen.
- Den Brotlaib in das Backrohr geben und nach 15 Minuten die Backtemperatur auf 200 °C reduzieren.
- Das Brot mit etwas Wasser bespritzen und ca. 25 Minuten fertig backen.
- Klopft man auf die Unterseite des Brotes und es klingt hohl, ist es fertig gebacken.
- Am besten lässt man es abkühlen, bevor man es anschneidet und genießt.