

Zutaten:

400 g glattes Weizenmehl (in Ö Type W480 oder W700, in D Type 405 oder 550)
100 g Roggen-Vollkornmehl
100 g Weizen-Vollkornmehl
2 TL Salz
20 g Leinsamen
20 g Schwarzer Sesam
20 g Sonnenblumenkerne
20 g Pinienkerne
20 g Kürbiskerne
½ Würfel Frischhefe (=20 g) **oder**
1 Pkg. Trockenhefe (=7 g)
400 ml lauwarmes Wasser
2 EL Öl
30 g Honig
1 geh. TL Backmalz (optional!), kann durch Honig ersetzt werden



Zubereitung:

- 1) Vermischt alle trockenen Zutaten miteinander, also die Mehle, Salz, Leinsamen und Co. Löst die Hefe im lauwarmen Wasser auf und fügt Honig und Backmalz hinzu.
- 2) Zu den trockenen Zutaten gesellen sich das Öl und die Wasser-Hefe-Mischung. Nun wird per Hand oder mit der Küchenmaschine geknetet, je länger umso besser. Der Teig ist klebrig aber das passt so. Das Brot soll ja später schön weich und luftig werden.
- 3) Gebt den Teigklumpen auf eine bemehlte Arbeitsfläche (verwendet nicht zu viel Mehl) und knetet ihn nochmal durch. Formt schließlich einen Kugel und gebt diese in eine befettete Schüssel. Deckt diese mit Frischhaltefolie oder/und einem sauberen Küchentuch ab und lasst den Teig gehen, für ca. 1 Stunde, bis sich das Volumen verdoppelt hat. Ich gebe ihn immer in den Backofen bei eingeschaltetem Lämpchen.
- 4) Legt den gegangenen Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche und faltet ihn mehrmals zur Mitte hin, bis er eine schöne rechteckige Form angenommen hat. Danach bemehlt ihr ihn ein wenig und könnt nach Wunsch Muster in das Brot ritzen (z.B mit einer Rasierklinge).
- 5) Das Brot benötigt keine Gehzeit, weil es folgendermaßen gebacken wird: gebt es in einen FEUERFESTEN TOPF MIT DECKEL (meiner ist aus Gusseisen) und in den KALTEN OFEN, auf UNTERE SCHIENE! Erst dann wird der Ofen eingeschaltet und ihr backt das Brot bei 240 Grad O/U Hitze ca. 50 min lang. Kurz vor Schluss entfernt ihr den Deckel und backt es noch ca. 5 min ohne, damit es oben noch etwas mehr Farbe bekommt. Nehmt es aus dem Ofen, lasst es gut auskühlen und schon könnt ihr es genießen!

Sastojci:

400 g glatkog pšeničnog brašna (u AUT tip W480 ili W700, u D tip 405 ili 550)
100 g integralnog raženog brašna
100 g integralnog pšeničnog brašna
2 kašičice soli
20 g lanenih sjemenki
20 g crnog susama
20 g sjemenki suncokreta
20 g pinjola
20 g sjemenki bundeve
½ kocke svježeg kvasca (=20 g) ili 1 pak. suhog (=7 g)
400 ml tople vode
2 kašike ulja
30 g meda
1 vrhom puna kašičica ječmenog slada (opcionalno), za zamjenu koristite med



Priprema:

- 1) Pomiješajte suhe sastojke kao sve vrste brašna, so i sjemenke. Kvasac rastopite u toploj vodi i dodajte med i slad.
- 2) U suhe sastojke dodajte ulje i mješavinu vode i kvasca. Počnite da mijesite ručno ili pomoću kuhinjske mašine, što duže to je bolje. Tijesto je prilično mekano i ljepljivo ali tako i treba biti kako nebi bilo tvrdo i suho nakon pečenja.
- 3) Tijesto prebacite na pobrašnjenu podlogu (ne koristite previše brašna) i premijesite još malo. Formirajte kuglu i stavite je u pomašćenu zdjelu, prekrijte slojem prozirne folije i kuhinjskom krpom i ostavite tijesto da nadolazi (kod mene stoji u rerni u kojoj je upaljeno svjetlo). Potrebno mu je oko sat vremena da udupla volumen.
- 4) Nadošlo tijesto stavite na lagano pobrašnjenu podlogu i preklapajte nekoliko puta uvijek prema sredini, dok ne dobije oblik pravougaonika. Zatim ga obilno pospite brašnom i po želji žiletom napravite šare.
- 5) Ovom kruhu nije potrebno da još jednom nadolazi, zbog slijedećeg načina pečenja: stavite tijesto u VATROSTALNI LONAC SA POKLOPCEM (moj je od lijevanog željeza), obložen pek papirom, u HLADNU RERNU na donju šinu. Tek onda upalite renu na 240 stepeni gornji/donji grijači i pecite kruh oko 50 min. Odstranite poklopac i pecite ga još 5 min kako bi i od gore dobio još malo boje. Izvadite ga iz rerne i ostavite da se potpuno ohladi.