Hefeteig

Zutaten

Menge	Einheit	Bezeichnung
100	Gewichtseinheiten	quellfähige Zutaten (davon <20 Gewichtseinheiten nicht-glutenhaltig, z.B. Roggenmehl, Haferflocken, etc.)
60 - 67	Gewichtseinheiten	Schüttflüssigkeit
2	Gewichtseinheiten	Salz
2	Gewichtseinheiten	Frischhefe (alternativ 0,7 Gewichtseinheiten Trockenhefe)
<20	Gewichtseinheiten	Öl/Fett
<20	Gewichtseinheiten	Körner/Saaten (vorgequollen)

Portionen: 1

Zubereitung

Alle Zutaten intensiv miteinander verkneten (Fenstertest!).
Abgedeckte Stockgare bis sich das Teigvolumen verdoppelt hat.
Teig ausstoßen und formen. Abgedeckte Stückgare bis zur gewünschten Teiggare/Ofentrieb.
Backofen auf 230 bis 300°C Ober-/Unterhitze vorheizen, dabei Fettwanne auf unterstem Einschub und Backstein/Backblech miterhitzen. Teigling einschießen. Etwa 0,7 Liter kochendes Wasser in die Fettwanne gießen und Backofentür sofort schließen. 10 Minuten mit Dampf backen, danach Schwaden ablassen, Fettwanne entfernen und Temperatur auf 180-210°C reduzieren. Ohne Dampf 30 Minuten backen, bis das Brot eine Kerntemperatur von 90°C erreicht hat. Weitere 5 bis 10 Minuten bei 230 bis 300 °C backen, bis das Brot eine Kerntemperatur von mind. 95°C erreicht hat und das Brot den gewünschten Bräunungsgrad aufweist.
Brot aus dem Ofen nehmen und auf einem Rost vollständig auskühlen lassen.

Grundrezept, vegan, Ofen, Brot

From:
https://matthias.moorkamp.info/ - **Swap Space**

Permanent link:
https://matthias.moorkamp.info/rezepte:beilagen:hefeteig

Last update: **2025/11/09 10:58**