

Kleingebäck für Genießer*Innen



Mag. Anita Winkler
Kräuterpädagogin,
zert. Brotbotschafterin

info@kraut-und-ruabn.at
Tel. 0681/202 33 44 1
www.kraut-und-ruabn.at

Quelle: Unterlagen und Rezepte: ZL Brotbotschafterin, LK Stmk., Autorin: Ing. Eva-Maria Lipp

© Anita Winkler, Unterlage darf nicht weiter vervielfältigt oder verwendet werden

Getreidesorten:

Roggen

Roggen ist das typische Brotgetreide für das Bauernbrot. Er hat keinen dem Weizen entsprechenden Kleber. Seine Backfähigkeit ist daher eher schlecht, deshalb wird er meistens mit Weizen oder anderen Getreidearten vermischt verbacken.

Bei der Teigbereitung sollte eine Teigtemperatur von 30 – 35 ° und eine kurze Knetzeit (max. 5 Min.) beachtet werden.

Weizen

Er hat einen hohen Kleberanteil (Gluten), worauf die gute Backfähigkeit zurückzuführen ist. Weizen wird vorwiegend für Brot- und Backwaren verwendet.

- **Emmer (Zweikorn)** ist eine alte Getreidesorte mit nussig-würzigem Geschmack. Es enthält viel Eiweiß und Mineralstoffe (v.a. auch Kieselsäure)
- **Kamut (Khorasan-Weizen)** ist ebenfalls eine alte Getreidesorte. Die Körner sind viel größer und etwas gelblich. Kamut hat einen hohen Vitamin E-Gehalt und mehr Eiweiß und Mineralstoffe als herkömmlicher Weizen. Es eignet sich durch seinen nussigen Geschmack vor allem auch für Mehlspeisen und Teigwaren
- **Einkorn** ist die älteste Getreidesorte der Weizenfamilie. Es ist durch den Gehalt an Beta-Carotin etwas gelblich. Einkorn enthält ca. 15 % Eiweiß, hat aber eher schlechtere Backeigenschaften.

Dinkel

Dinkel ist die bespelzte Art des Weizens, hat aber geringere Erträge und ist deshalb teurer. Das Klebereiweiß des Dinkels (Gluten) wird meist besser vertragen als jenes vom Weizen, weil es eine andere Zusammensetzung hat.

Dinkel besitzt eine sehr gute Backfähigkeit und Backwaren mit Dinkel bleiben länger frisch. Bei der Teigbereitung sollte man achten, dass der Teig nicht zu warm (max. 24 °) bereitet wird und dass eine kurze Knetzeit eingehalten wird. Auch die Teigruhezeit sollte nicht allzu lange sein (max. 10 Min.)

Mehlqualität und Ausmahlungsgrad

Beim Mehl unterscheidet man grundsätzlich zwischen Auszugsmehl und Vollkornmehl:

Das **Auszugsmehl** enthält vom Getreidekorn nur den Mehlkörper. Die Randschichten sowie der Keimling fehlen. Dadurch gehen bis zu 80% der wertvollen Vitamine, Mineralstoffe und Ballaststoffe verloren, allerdings ist es sehr lange haltbar.

Beim **Vollkornmehl** wird das gesamte Korn einschließlich der Randschichten und des Keimlings vermahlen. Es enthält alle wertvollen Inhaltsstoffe zu 100%, seine Haltbarkeit ist jedoch begrenzt.

Der **Ausmahlungsgrad** gibt an, wie viel Mehl aus einer bestimmten Menge Getreide gewonnen wurde; er sagt jedoch nichts darüber aus, ob das Produkt grob oder fein ist. Hoch ausgemahlene Mehle enthalten einen hohen Anteil der Randschichten des Getreidekorns und damit mehr Vitamine, Mineralstoffe und Ballaststoffe. Sie sind deshalb auch dunkler als niedrig ausgemahlene Mehle wie Weiß-, Auszugs- oder Feinmehle. Diese bestehen hauptsächlich aus dem Mehlkörper des Getreidekorns. Für das Backen von Kleingebäcken wird meist Vollkornmehl mit Auszugsmehl vermischt, da es sich dann leichter verarbeiten lässt.

Für den Konsumenten ist der Ausmahlungsgrad auf der Verpackung an der so genannten Typenzahl (Aschegehalt) erkennbar: Je höher die Typenzahl, desto mehr geht es in Richtung Vollkorn.

Beispiel:

Type 480	-	für feine Gebäcke, Kuchen, Torten
Type 700	-	für Kleingebäck und Brotteige
Vollkorn	-	für vollwertiges Gebäck und pikante Weckerl

Griffiges Mehl besteht aus gröberen Mehlpartikeln (kann deshalb mehr Flüssigkeit aufnehmen) und eignet sich besonders gut für Gerichte, bei denen der Teig anquellen soll (Knödel, Nockerl,...).

Glattes Mehl mit seiner feinen Körnung eignet sich für Brot, Gebäck und Backwaren.

Universalmehl ist eine Mischung aus 50% glattem und 50% griffigem Mehl und „universell“ im Haushalt einsetzbar

Mehle aus dem vollen Korn – selbst frisch gemahlen

Quellstück und Brühstück für frisch gemahlene Vollkorngetreide

Um zu vermeiden, dass Vollkorngebäcke zu trocken werden, ist folgendes zu beachten:

- Das Mahlwerk einer Haushaltsmühle ist meist nicht so gut wie das Mahlwerk einer großen Getreidemühle. Der Kleber verbleibt in den gröberen Bestandteilen der Mehle. Durch den Ansatz eines Quell- oder Brühstückes ist ein saftiges Gebäck beinahe garantiert. Quell- bzw. Brühstücke werden beim Backen von Brot mit Vollkornmehl, Kleie, Schrot und auch ganzem Korn verwendet.
- Wichtig ist, dazu ausreichend Flüssigkeit zu verwenden, damit das Getreide richtig gut aufquellen kann.

Für ein **Quellstück** werden kaltes Wasser und Mehl im Verhältnis 1:1 vermengt und 24 Stunden stehen gelassen.

Für ein **Brühstück** werden heißes Wasser und Mehl im Verhältnis 1:1 vermengt, diese Mischung muss nur 2–3 Stunden aufquellen.

Tipps zur Teigführung

- Weckerlteige aus Dinkel und Weizen 10 – 12 Minuten kneten, bis sich ein glatter Teig gebildet hat. Roggenbetonte Teige müssen nur kurz geknetet werden

- Teigtemperatur bei weißem Mehl ca. 25 °, bei brotähnlichen Teigen 30 °
- Hefeteige erfordern immer Wärme beim Zubereiten
- Die Flüssigkeit sollte nicht mehr als 30 ° betragen, da sonst die Hefe zerstört werden kann
- Teig vor dem Ausformen gut gehen lassen, den Teig nicht zu fest machen
- Teigstücke sollten immer ausgewogen werden, damit sie gleich groß sind, damit sie gleich durchbacken können
- Teigstücke immer zuerst zu Kugeln schleifen und dann erst ausformen
- Vor dem Backen die Teigstücke noch einmal gut aufgehen lassen
- Auch bei Kleingebäcken sollte man mit etwas Dampf im Rohr backen, dazu entweder mit einer Blumenspritze beim Einschieben ins Rohr etwas Wasser versprühen oder Eiswürfeln auf den Boden geben
- Weizenbetonte Teige bei ca. 200 ° backen, wenn nötig beim Backen Temperatur zurückschalten
- Die Flüssigkeitsmengenangaben in den Rezepten sind je nach Mehlqualität unterschiedlich und variieren
- Durch die Zugabe von Buttermilch, Joghurt, Sauermilch oder Molke wird Brot aufgewertet und bleibt länger frisch

Rezepte

Salzstangerl

Zutaten:

1 kg Weizenvollmehl oder Weizenmehl Type 700
1 El Salz
½ l Mineralwasser
50 g Schweinefett
40 g Germ
2 El Zucker

Zubereitung: Germteig bereiten und aufgehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

Teig in ca. 60 g große Stücke schneiden, zu kleinen Kugeln schleifen. Wenn die Kugeln ein bisschen gerastet haben, auswalken und eng wieder zu kleinen Stangerl einrollen. Die Stangerl mit Ei bestreichen und mit Kümmel oder Salz bestreuen.

Backzeit: 200° C 20 min backen

Kornis

Zutaten:

500 g Weizenmehl Type 700
350 g Roggenmehl Type 960
100 g Sonnenblumenkerne
100 g Dinkelflocken
50 g Kürbiskerne gehackt
520 g Wasser warm
25 g Backmalz
50 g Sauerteig
50 g Hefe
25 g Salz
10 g Brotgewürzmischung
Prise Brotklee

Zubereitung: Sauerteig und Salz mit Wasser auflösen. Aus allen Zutaten einen weichen Teig bereiten. Knetzeit 8 – 10 min.; Teigruhe 15 min. danach nochmals 5 min. kneten, auf gewünschte Größe auswiegen (80 g pro Teigstück), Teigstücke rundschleifen und zu Stangerl wieder einrollen.

Weckerl in Roggenmehl wälzen, auf Bleche absetzen, jedes Teigstück 2 mal schräg einschneiden und aufgehen lassen.

Backzeit: 230°C 5 Min, dann auf 200°C weiter ca. 20 min. backen.

Brotlaibchen

Zutaten:

900 g Roggenmehl Type 960
100 g Weizenvollkornmehl
1 EL Salz
250 g Sauerteig

ca. 0,7 l Wasser
20 g Germ
1 EL Brotgewürz
1 EL Grammelschmalz

Zubereitung: Mit Germ und Sauerteig eindampfen. Nach dem Aufgehen einen weichen Teig kneten. Diesen aufgehen lassen und dann mit viel Roggenmehl zu runden Laibchen formen und so auf das Blech legen. Diese Brötchen müssen sehr heiß gebacken werden, da sie sonst keine Farbe kriegen oder austrocknen.

Backdauer 15 - 20 Minuten bei 250°C. Diese Laibchen sehen aus wie kleine Brotlaibe.

Dinkel-Karotten-Weckerl

Zutaten:

1 kg Dinkelmehl
1 Würfel Germ
50 g Butter
150 g geriebene Karotten
1 TL Salz
1 Ei
½ l Buttermilch
1 EL Honig
Ei zum Bestreichen
Sesam zum Bestreuen

Zubereitung: Germ in der lauwarmen Buttermilch auflösen. Alle Zutaten (außer den Karotten) zusammen zu einem weichen Germteig verkneten und kurz aufgehen lassen. Karotten fein raspeln und unter den Teig kneten. Nach dem Aufgehen in 32 gleichmäßige Stücke teilen und zu Kugeln schleifen. Mit Ei bestreichen und mit Sesam bestreuen. Nochmals aufgehen lassen.

Backtemperatur: 210 ° ca. 15 Min. backen

Käse-Kürbiskern-Stangen

Zutaten:

500 g Mehl
40 g Germ
¼ l Milch
50 g Butter
1 TL Salz
150 g geriebener Emmentaler
100 g geriebene Kürbiskerne
1 Ei zum Bestreichen
Kümmel ganz
grobes Salz

Zubereitung: Aus den Zutaten einen Germteig bereiten und aufgehen lassen. Teig ½ cm dick zu einem Rechteck ausrollen. Teigplatte mit Ei bestreichen. Die Hälfte der Teigfläche mit geriebenem Käse und geriebenen Kürbiskernen bestreuen. Zweite Teighälfte darüber schlagen und gut andrücken. Mit dem Nudelwalker nochmals glatt rollen. Oberfläche mit Ei bestreichen und mit

Salz und Kümmel bestreuen. Teigplatte in ca. 2,5 cm breite Streifen schneiden. Diese drehen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen.

Backtemperatur: : 200 ° ca. 15 Min. backen

Käse-Schrotweckerl

Zutaten:

600 g Weizenmehl
300 g Weizenschrot fein
100 g Roggenvollmehl
700 ml Wasser warm
20 g Salz
40 g Germ
10 g Öl
20 g Sesam
100 g Sauerteig
200 g Pizzakäse
Kräuter der Provence

Zubereitung: Aus Mehl, Wasser, Salz, Öl, Sesam und Germ einen Teig kneten. Teig in ca. 60 g schwere Stücke teilen, zu Kugeln schleifen. Mit Ei bestreichen und mit der Käse-Kräutermischung bestreuen.

Backtemperatur: : 200 ° ca. 15 Min.

Pizzaschnecken

Zutaten:

500 g Weizenmehl
500 g Weizenvollmehl
40 g Germ
1 EL Salz
50 g Schweinefett oder Öl
0,3 l lauwarmes Wasser
0,3 l lauwarme Milch
20 g Backmalz (optional)

Fülle: 150 g Schinken fein geschnitten, 150 g Emmentaler fein gerieben, 1 EL Oregano, Tomatensauce

Zubereitung: Aus den Teigzutaten einen mittelfesten, glatten Hefeteig bereiten und zugedeckt aufgehen lassen. Den Teig zu einer ca. ½ cm dicken Teigplatte rechteckig ausrollen. Zutaten für die Fülle vermischen und auf die Teigplatte aufstreichen.

Die Teigplatte eng zusammenrollen. Nun von der Rolle ca. 2 cm dicke Scheiben abschneiden und diese auf das Backblech legen. Eventuell noch mit etwas Käse bestreuen (knuspriger).

Backtemperatur: : 220°, 15 Min.

Süßes Kleingebäck

Kamut-Vollkorn-Brioches

Zutaten:

1 kg Kamut-Backmehl fein
0,4 l Milch
80 g Germ
10 g Salz
10 g Backmalz
200 g Butter
200 g Honig
9 Eidotter
etwas Zitronenschale u. Vanillezucker
1 Ei und Hagelzucker zum Bestreuen

Zubereitung: Aus allen Zutaten einen glatte Teig kneten und ca. 10 Min. ruhen lassen. Den Teig in 60 g schwere Stücke teilen, die Teiglinge rundschleifen und etwas rasten lassen. Die Teiglinge zu Strängen formen. Leicht mit Wasser besprühen, ca. 10 min. wieder rasten lassen, dann mit aufgeschlagenem Ei bestreichen, mit Hagelzucker bestreuen.

Backtemperatur: : 180 ° ca. 15 Min.

Mohnweckerl

Zutaten:

1 kg Weizenmehl
2 Dotter
1 Würfel Germ
1 TL Salz
80 g Zucker
600 ml Milch
80 g Fett
Mohn zum Bestreuen

Zubereitung: Aus den Zutaten einen Germteig kneten und aufgehen lassen. Teig zu einer Rolle formen und in ca. 50 g schwere Stücke schneiden. Aus jedem Teigstück eine ca. 30 cm lange Rolle ausrollen und aus dieser das Weckerl formen. Mit aufgeschlagenem Ei bestreichen und mit Mohn bestreuen. Wieder gut aufgehen lassen

Backtemperatur: : 200 ° ca. 15 Min.

Variante Zimtschnecken

Teig wie bei den Mohnweckerln bereiten

Für die Fülle wird Feinkristallzucker mit Zimt vermengt. Die vorgefertigten Teigkugeln sehr flach ausrollen. Diese dünnen Teigfladen mit dem Zimt-Zucker-Gemisch bestreuen und eng einrollen.

Brioche

Zutaten:

1 kg Weizenmehl
60 g Germ
0,6 l Milch lauwarm
140 g Zucker
150 g Butter
4 Eigelb
15 g Salz
1 Ei zum Bestreichen
Hagelzucker oder Mandelplättchen zum Bestreuen

Zubereitung: Dotter, Zucker und weiche Butter mit dem Schneebesen gut verrühren und mit den restlichen Zutaten zu einem glatten Germteig verkneten und aufgehen lassen. Den Teig in ca. 50 g schwere Stücke teilen und zu Kugeln schleifen. Diese etwas rasten lassen, zu verschiedenen Gebäcken ausformen und nochmals gut aufgehen lassen. Vor dem Backen mit verquirltem Ei bestreichen und mit Hagelzucker oder Mandelplättchen bestreuen.

Backtemperatur: : 210 ° 15 Min.

Nuss/Mohnkronen:

Zutaten:

500 g Weizenmehl
20 g Germ
¼ l Milch
60 g Zucker
1 TL Salz
2 Dotter
60 g Butter
Vanillezucker

Zubereitung: Germteig bereiten und gehen lassen. Inzwischen die Füllen bereiten. Germteig zu einer ½ cm dicken Platte auswalken, mit Ei bestreichen, die Fülle aufstreichen, wobei an den Rändern ca. 5 cm frei bleiben sollte. 1/3 der Längsseite der Teigplatte in die Mitte klappen, und etwas andrücken, dann von der anderen Seite das Drittel darüberklappen. Evtl. mit dem Nudelholz noch einmal drüberrollen. Ca. 5 cm breite Stücke abschneiden. Und die Streifen auf der Längsseite bis zur Mitte noch einmal 4 x einschneiden. Wie einen Fächer aufklappen und aufs Blech legen.

Backtemperatur: 210 ° 15 Min.

Nussfülle:

1/8 l Milch oder Kaffee, 150 g Kristallzucker, 400 g Walnüsse, Rum, Vanillezucker, 150 g Brösel, 50 g Marillenmarmelade

Mohnfülle:

400 g Mohn gerieben, 150 g Semmelbrösel, 160 g Zucker, Zimt, 2 EL Honig, 2 EL Rum, 0,4 l Milch, 1 TL Vanillezucker, 50 g Marillenmarmelade, 1 Pr. Kardamon gemahlen