

Brotbacken wird am Arlitscherhof gelehrt

Bei einem Intensiv-Brotbackkurs wird gezeigt, wie verschiedene Brotsorten auch zu Hause gelingen.

EISENKAPPEL-VELLACH (ko). Von 2. bis 5. Februar findet am Arlitscherhof in Eisenkappel unter dem Motto „Brot trifft Nudel“ ein Intensiv-Brotbackkurs mit Nudelworkshop statt. Mit Sauerteigen und Vorteigen werden täglich sieben verschiedene Brotsorten gebacken.



„Nur wenn man etwas selbst begreift, kann man es dann auch zu Hause nachbacken.“

HELGA GRAEF

Natursauerteig unerlässlich

Natursauerteig ist bei Roggenbrot unerlässlich. Er macht das Roggenbrot erst backfähig und verdaubar. Es sind Essigsäure-, Milchsäure- und Hefebakterien, die hier zusammenspielen. Neben dem Geschmack hat der Sauerteig die Aufgabe, das Brot zu lockern und haltbar zu machen. „Der Sauerteig ist mein bester Mitarbeiter. Er braucht nur einmal die Woche etwas Mehl und Wasser zu essen und arbeitet sehr gut“, erklärt Helga Graef, Leiterin des Intensiv-Brotbackkurses. Bei dem Kurs werden alle Teige selbst geknetet und geschlagen, um den Kursteilnehmern so das Gefühl für die Konsistenz zu vermitteln. „Nur wenn man etwas selbst begreift, kann man es dann auch zu Hause nachbacken“, so Graef. Man lernt auch verschiedene Brote mit Sauerteig, Vorteig, Brühstück, Kochstück kennen. Auch die Unterschiede von Roggen, Weizen und Dinkel in der Verarbeitung werden im Kurs ausprobiert.



Verschiedene Brotsorten werden beim Intensiv-Brotbackkurs am Arlitscherhof gemeinsam gebacken.

Privat

Besonderes Brot

Die Zeit kommt ins Brot, indem man bestimmte Verarbeitungsschritte der Teigzubereitung vorverlagert. In Vorstufen wird das Mehl mit Wasser und Triebmittel vermengt und einige Stunden oder sogar Tage sich selbst überlassen. „In dieser Zeit laufen biochemische Prozesse ab, die zur Entwicklung von Aromen, einem individuellen Geschmack, einer saftigen Krume und langer Frischhaltung führen. Man benötigt oft nur ein paar Gramm Hefe, um ein aromatisches Brot mit großer Porung zu zaubern, das man sicher nicht zu kaufen bekommt.“ Gebacken wird das Brot beim Intensiv-Brotbackkurs im Holzbackofen. Der Holzbackofen wird zwei bis drei Stunden geheizt, um dann das Brot „einzuschießen“. „Das Brot bäckt mit der Strahlungswärme der Ziegel und entwickelt einen einzigartigen Geschmack und eine rösche Kruste. Jeder Ofen ist etwas anders, so ist es eine Kunst, die richtige Hitze im Backraum zu bekommen. Ein Erlebnis ist es auf alle Fälle“, freut sich Helga Graef. Am 6. Februar wird am Arlitscherhof auch ein Tagkurs angeboten. Anmeldung und mehr Infos unter 0650/30 54 144 oder www.arlitscherhof.at.

ROGGEN-MISCHBROT

Sauerteig:

- 200 Gramm Roggenvollkornmehl
 - 200 Gramm Wasser (35 Grad)
 - 20 Gramm Anstellgut (Grundsauer)
- Alles vermengen und 12-16 Stunden abgedeckt bei Raumtemperatur stehen lassen.

Am nächsten Tag:

- 120 Gramm Roggenmehl 960
 - 100 Gramm Schwarzroggen oder Roggenvollkornmehl
 - 250 Gramm Weizenmehl 1200
 - 330 Gramm Wasser (35 Grad)
 - 15 Gramm Salz und den Sauerteig zu einem homogenen Teig vermengen.
- Die Masse 90 Minuten stehen lassen. Dann einen Laib formen und in dem bemehlten Garkorb 60-70 Minuten stehen lassen. Ofen mit Blech auf 250 Grad vorheizen (mit Backstein zirka 45-60 Minuten). Brot auf das Blech stürzen und mit Wasser besprühen bzw. in den Backraum spritzen. Nach zehn Minuten kurz öffnen, um den Dampf abzulassen. Auf 200 Grad zurückschalten und zirka 55-60 Minuten fertig backen.
- Tipp:** Klopf man auf den Brotboden und es klingt hohl, ist das Brot fertig.