

Rezept für Treberbrot

Wir lieben und leben Regional. Daher haben wir für Sie auch ein ganz besonderes Gastgeschenk für unsere Jubiläumsveranstaltung ausgesucht und selbst hergestellt.

Alle Mehle und das Bier sind von besonderen lokalen Anbietern. Biologisch produziert und nachhaltig verarbeitet.

Das Rezept wurde von uns selbst entwickelt und mehrfach getestet. Gemeinsam mit unseren Mitarbeitern haben wir alle Zutaten abgewogen und in die Falschen gefüllt. Durch den langen und langsamen Gärprozess ist das Brot sehr bekömmlich und locker.

Zutaten:

Weizenmehl 550 (Hasborner Mühle)	250g
Waldstaudenvollkornmehl (Dieter Leist, Marpingen)	65g
Mikrodinkelvollkornmehl (Klaus Riga, Rehlingen-Siersburg)	150g
trockener Treber (Dinkeltreber aus dem Bier, das wir gebraut haben)	32g
Salz	11g
Trockenhefe	0,12g
Trockensauerteig	8g
Malz enzymaktiv	1,8g
Bier Eppels hell (Julian Schommer, Stellwerk 13, Eppelborn)	150g
Wasser	165g

Zeitplanung:

Bitte beachten, dass die Brotmischung 24 Stunden zum Gehen brauch. Daher den Teig so ansetzen, dass man am Folgetag zur exakt gleichen Uhrzeit Zeit hat.

Wenn der Teig hergestellt ist, muss dieser zwischendurch einmal nach 2-8 Stunden und einmal nach 12-18 Stunden gedehnt und gefaltet werden. Auch dies muss bei der Zeitplanung berücksichtigt werden.

Dies wirkt natürlich sehr aufwändig. Der lange Gärprozess ist aus Ernährungsphysiologischer Sicht jedoch sehr wichtig, da dadurch das Brot besonders bekömmlich und verdaulich wird.

Brotteig herstellen:

Backmischung zusammen mit 150 ml Bier und 165 ml Wasser von Hand zu einem einheitlichen Teig vermischen.

Den Teig in einer Schüssel mit Deckel vor dem Antrocknen geschützt 24 Stunden bei Raumtemperatur (18-20 °C) ruhen lassen. Zwischendurch den Teig einmal nach 2-8 Stunden und einmal nach 12-18 Stunden dehnen und falten. Siehe Abbildung:



Nach exakt 24 Stunden den Teig auf die bemehlte Arbeitsfläche geben und schonend zu einer Kugel formen, indem man den Teig von außen nach innen mehrfach einschlägt bis er straff ist. Die vorhandene Luft sollte im Teig erhalten bleiben. In [dieser Videoanleitung](#) wird es genau gezeigt.

Mit der glatten Seite nach unten in eine mit einem bemehlten Tuch ausgelegte Schüssel oder, wenn vorhanden, in einen bemehlten Gärkorb setzen.

Den Teigling vor dem Austrocknen geschützt eine Stunde bei Raumtemperatur reifen lassen.

Kurz vor Ende der Reifezeit den Ofen mit dem Blech auf 250 °C vorheizen.

Den Teigling vorsichtig auf das Backblech stürzen (die ehemals glatte Seite ist jetzt oben). Nun den Teigling oben kreuzweise mit einem sehr scharfen Messer einschneiden und in den Ofen schieben. ½ Tasse Wasser auf den Boden des Ofens schütten und die Ofentür schließen.

Die Temperatur auf 230 °C reduzieren und das Brot 45 – 50 min backen. Zuletzt das Brot auf einem Gitterrost auskühlen lassen.

Das gesamte Team von Krämer IT wünschen Ihnen einen guten Appetit.