

REGIONAL & HANDGEMACHT

Grobes Schrotbrot

Zutaten

Für eine Kastenform / Kantenlänge
26 cm

FÜR DEN TEIG

300 g Weizenvollkornmehl, fein
gemahlen
300 g Weizenvollkornmehl, mittel-
grob gemahlen
400 ml Wasser
1 Würfel frische Hefe
1 EL Honig
100 g Leinsamen
2 TL Salz
250 g Magerquark

ZUSÄTZLICH

rund 50 g Weißmehl zum Kneten
und Bestäuben
etwas Öl zum Einstreichen der
Form

*Zubereitungszeit (Ohne Back-, Geh-
und Ruhezeiten): 20 Minuten / reine
Backzeit: 90 Minuten / Temperatur:
Anbackphase 220 °C, anschließend
190 °C / Schwierigkeitsgrad: mittel
/ Haltbarkeit: Das Schrotbrot ist
sehr saftig und wird erst ab Tag vier
langsam trockener.*



Zubereitung

Die Hälfte der Weizenkörner zu feinem Mehl, die andere Hälfte zu mittelgroben Schrot vermahlen. Das feinere Mehl zur Seite stellen. Das Wasser mit dem Salz vermengen und über den Schrot gießen. Das Schrot-Wasser-Gemisch für mindestens vier Stunden quellen lassen, am besten aber über Nacht.

Den gequollenen Schrot in eine größere Schüssel füllen und das feinere Mehl darüber streuen. In der Mitte des Mehls eine Mulde formen und die Hefe hinein bröseln. Darüber einen Esslöffel Honig verteilen. Kurz warten, bis sich die Hefe im Honig aufgelöst hat. Mit einem Stäbchen verrühren.

Die Zutaten mit den Knethaken eines Rührgeräts verquirlen. Den Quark, Leinsamen und das Salz zufügen und weiter kneten, etwa zehn Minuten, bis sich alle Zutaten zu einer homogenen Masse verbunden haben. Die Mischung ist relativ feucht. Etwas Weißmehl über den Vorteig streuen und den Teig an einem warmen Ort (etwa 22 °C) für eine Stunde gehen lassen.

Eine Arbeitsfläche kräftig einmehlen und den Teig darauf geben. Die Hände einmehlen und den Teig ausgiebig kneten. Dabei immer wieder nachmehlen und den Teig, je fester er wird, so einfallen, dass er unten eine Ritze hat.

Die Brotform mit Öl einstreichen und gut einmehlen. Den Brotteig mit der Ritze nach unten einlegen, auf der Oberseite mit etwas Wasser einstreichen und an einem warmen Ort zugedeckt für weitere 30 Minuten gehen lassen.

Den Backofen auf 200 °C vorheizen. Das Schrotbrot auf der Oberseite mit etwas Mehl bestäuben, in den Ofen schieben und für rund 90 Minuten backen. Wir nehmen es nach 60 Minuten aus der Form und geben es für die restlichen 30 Minuten ohne Form in den Ofen. So werden alle Seiten besonders knusprig.