

Grundrezept für Brotteig

Zutaten:

Teig

1 kg Mehl
2 EL Zucker
2 gestrichene EL Salz
30 g Hefe
625 ml lauwarmes Wasser

Backzeit: 35 Minuten

Elektroherd: 195 Grad

Umluft: 180 Grad



1



2



2



3



4



4

Die Verarbeitung des Teig kann in einer grossen Schüssel oder auf der Arbeitsfläche durchgeführt werden.

1. Das Mehl in die Schüssel geben und in der Mitte eine grosse Vertiefung drücken.

2. Hefe, Zucker und Salz in diese geben und die Hälfte des Wasser dazugeben und mit einer Gabel verrühren

3. Vorsichtig das Mehl einarbeiten bis eine zähe, breiige Konsistenz entsteht, dann das restliche Wasser dazugiessen.

(Wenn du auf der Arbeitsfläche arbeitest, dann achte darauf, dass die Mehlwand nicht zerstört wird, sonst läuft das Wasser aus)

Sobald die Masse wieder zäh geworden ist, kann das restliche Mehl eingearbeitet werden, bis der Teig nicht mehr klebt.

4. Bestäuben Sie die Hände mit Mehl, nun muss der Teig geschlagen und gedrückt werden, bis er geschmeidig wird.
(Es ist möglich, dass etwas Wasser oder Mehl dazugegeben werden muss. Das ist von der Mehlsorte abhängig.)



5



6



6



7

5. Wenn er geschmeidig ist den Teig noch ca. 5 Minuten auf der Arbeitsfläche gedrückt, gefaltet, geschlagen

und gerollt werden, bis er elastisch geworden ist.

6. Nun den Teig in eine Schüssel geben und mit Frischhaltefolie bedecken.

Diesen ca. 30 Minuten aufgehen lassen, bis das Volumen sich verdoppelt hat.

7. Nach dem Aufgehen muss die entstandene Luft noch einmal heraus gedrückt werden.

Dazu den Teig ca. 30 Sekunden auf die Arbeitsfläche werfen und zusammendrücken.