

Knusperkrustenbrot für intelligente Faule |

glutenfreiessen.at



Zutaten für einen Laib Brot (à ca. 900 g):

Trockenzutaten:

350 g glutenfreie Fertigmehlmischung für Brot (in meiner Version Mantler Brotbackmischung)

100 g Hirsevollkornmehl

50 g Maismehl

2 TL Salz

1/2 TL Trockenhefe

2 EL Leinsamen

1 große Hand voll Pistazien oder andere Nüsse eurer Wahl

5 g Brotgewürz

Ölsaaten wie Kürbiskerne, Sonnenblumenkerne, Sesam für die Gärform

Nasszutaten:

ca. 550 ml lauwarmes Wasser - Achtung: die Mantler Brotbackmischung ist eine "Vollkornmischung" und benötigt deutlich mehr als die helle Brot Mix B-Mischung von Schär

Zubereitungszeit: 20 min

Backzeit: 40 min

Ofen: 250°C, Heißluft

1. Alle Trockenzutaten in einer Germteigschüssel vermischen, Walnuskerne in grobe Stücke brechen.
2. Ca. 500 ml Wasser zugeben und mit Knethaken durchrühren.
3. Die Teigkonsistenz muss klebrig sein, auf keinen Fall darf sich der Teig von der Schüssel lösen. Ev. noch die restliche 50 ml Wasser zugeben. Die Schüssel mit dazugehörenden Deckel verschließen.
4. 24 h Pause!
5. Teig mit einer Teigkarte aus der Schüssel lösen und auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben.
6. Teig nur ganz kurz durchkneten einen länglichen Striezel formen.
7. Teigling in bemehlte und mit Ölsaaten bestreute Gärform geben.
8. 2 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen.
9. Ofen auf 250 °C Umluft vorheizen, Auflaufform mit Deckel in den Ofen stellen.
10. Brot aus der Gärform auf ein Backpapier stürzen.
11. Brot auf dem Backpapier in die Auflaufform geben. Deckel draufsetzen.
12. 30 min backen. Danach Deckel leicht öffnen und nochmals 10 min backen.
13. Das Brot ist fertig gebacken, wenn es beim Klopfen an der Unterseite hohl klingt. Die Zeitangabe passt für diese Mehlmenge genau!