

BROTGENUSS Familienbrot



ZUTATEN (Menge für 2 Brote)

100 g KOMEKO BROTGENUSS

- 100 g Kartoffelstärke
- 200 g Wasser
- 1 TL Apfelessig
- 2 g Trockenhefe
- 100 g Sesam
- 50 g Buchweizen
- 50 g Sonnenblumenkerne
- 200 g Wasser

500 g KOMEKO BROTGENUSS

- 350 g Wasser
- 5 g Trockenhefe
- 20 g Salz

50 g KOMEKO BROTGENUSS geröstet

- ½ TL Brotgewürz (oder je nach Geschmack)



Geschirr von [Birgitta Schrader](#)



ZUBEREITUNG

Vorteig (1):

- **100 g KOMEKO BROTGENUSS**, 100 g Kartoffelstärke, 200g kaltes Wasser, 1 TL Apfelessig und 2g Trockenhefe mischen
- 12h bei Raumtemperatur stehen lassen; Teigtemperatur 26°C

Quellstück (2):

- 100 g Sesam, 50 g Sonnenblumenkerne und 50g Buchweizen in der Pfanne rösten und heiß in 200g Wasser geben
- 12h bei Raumtemperatur stehen lassen

KOMEKO BROTGENUSS rösten:

- etwas **KOMEKO BROTGENUSS** auf einem Blech verteilen und bei 240°C rösten (Zwischendurch immer wieder bewegen/ umrühren/ verteilen/ Mischen)

Dauer: ca. 20 min. – ACHTUNG: Qualmentwicklung!
(Kann auf Vorrat hergestellt werden. Trocken lagern.)



Teig:

1. Den Vorteig, das Quellstück, 50 g geröstetes Mehl zusammen mit den weiteren Zutaten (**500 g KOMEKO BROTGENUSS**, 350 g Wasser, 5 g Trockenhefe, 20 g Salz, ½ TL Brotgewürz) zu einem glatten Teig verarbeiten und 30 min. abgedeckt ruhen lassen (Teigtemperatur 26-28 °C).
2. Den Teig halbieren und 2 Brote daraus formen, anschließend in passende Formen geben (Kastenform – L/B/H 24/10/7; ca. 1,3L) und mit Wasser bestreichen oder besprühen und mit Sonnenblumenkernen bestreuen.
3. Den Teig in der Form mit einem geölten Spachtel einstechen (siehe Bild) und nochmals ca. 60 min. abgedeckt ruhen lassen.
4. Backofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen, eine Metallschüssel mit Steinen oder Metallteilen auf den Boden des Backofens stellen und mit aufheizen.
5. Kastenformen in den Backofen schieben, Wasser in die Metallschüssel geben und Ofentür schnell schließen (ACHTUNG – Starke Dampfentwicklung – Verbrennungsgefahr!)
6. Nach 10 min. Temperatur auf 190°C reduzieren und weitere 40 min. backen.

Backzeit gesamt: 50 min.



glutenfrei



vegan

www.komeko.de

