Rezept

Belugalinsenbrot

Ein Rezept von Belugalinsenbrot, am 01.05.2024

Zutaten

1/2 Bund	Salbei
50 ml	Balsamico-Essig
550 ml	Wasser
15 g	Hefe (ca. 1/3 Würfel)
350 g	Weizenmehl (Type 550)
10 g	Salz (ca. 2 TL)
2 EL	Olivenöl zum Bestreichen
150 g	Belugalinsen (ersatzweise Berglinsen oder Puy-Linsen)
1/2 TL	Zucker (oder mehr, nach Geschmack)
200 g	eingelegte Paprika (aus dem Glas)
50 g	flüssiger Natursauerteig (selbst angesetzt oder im Beutel)
150 g	Roggenmehl (Type 1150)
	Fett für die Form

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Brot (à 1500 g) | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min

Zubereitung

1. Am Vortag die Hälfte Salbei waschen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden. Mit Linsen, Balsamico-Essig, Zucker, 200 ml Sud von den eingelegten Paprika und Wasser in einem Topf aufkochen und bei kleiner Hitze 15-20 Min. kochen lassen. Alles 8 Std. (oder über Nacht) quellen lassen. Die Linsen nehmen dabei die Flüssigkeit bis auf einen Bodensatz auf.

2. Am nächsten Tag die Paprika etwas kleiner schneiden. Für den Teig die Hefe in einer Schüssel in dem lauwarmen Wasser auflösen und mit dem Sauerteig mischen.

3. Das Mehl und zum Schluss das Salz hinzufügen und alles gut mit den Händen unterarbeiten. Den Teig 8-10 Min. in der Küchenmaschine (4 Min. auf langsamer, 4 Min. auf schneller Stufe) oder von Hand durchkneten.

4. Zum Schluss Linsen mit Garflüssigkeit und die Paprika langsam unterheben. Danach den Teig abgedeckt 20 Min. bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

5. Die Form fetten. Restlichen Salbei waschen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Den Teig in die Form geben. Die Salbeiblätter darauf verteilen und mit Wasser bestreichen, damit sie nicht zu schnell bräunen. Erneut 20 Min. ruhen lassen.

6. Inzwischen den Backofen auf 250° vorheizen (Umluft nicht empfehlenswert), dabei ein mit Wasser benetztes Blech mit erhitzen.

7. Das Blech mit Wasser aus dem Ofen nehmen und das Brot hineinstellen (Mitte). Sofort die Temperatur auf 210° herunterregeln. Das Brot 30-35 Min. backen. Noch heiß mit Olivenöl bestreichen.