

Rezept

Haselnussbrot

Ein Rezept von Haselnussbrot, am 08.02.2025

Zutaten

300 g flüssiger Sauerteig (selbst angesetzt oder im Beutel)	200 g Roggenvollkornschrot
250 g Roggenmehl Type 815	250 ml warmes Wasser
1 Pck. Trockenhefe	250 g Weizenmehl Type 1050
2 EL Rübensirup	2 TL Salz
4 EL Öl	ca. 300 ml warmes Wasser
Mehl zum Bearbeiten	200 g Haselnusskerne
1 Eiweiß	Butter für das Backblech

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Brot von 1,3 kg | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 385 kcal

Zubereitung

1. Für den Vorteig Sauerteig mit Schrot und Wasser glatt rühren. Den Vorteig zugedeckt an einem warmen Ort ca. 4 Std. ruhen lassen.
2. Für den Hauptteig die beiden Mehlsorten mit Trockenhefe und Salz mischen. Den Vorteig grob untermischen. Rübensirup, Wasser (bis auf eine halbe Tasse, ca. 50 ml) und Öl mischen. Dazugießen und den Teig mit dem elektrischen Knethaken oder einem Kochlöffel ca. 3 Min. kräftig rühren. Bei Bedarf noch etwas Wasser hinzufügen.
3. Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche ca. 10 Min. lang von links nach rechts, von rechts nach links, von vorn nach hinten und von hinten nach vorn zusammenschlagen und mit den Handballen zusammendrücken. Dann den Teig zur Kugel formen und in einer bemehlten Schüssel zugedeckt an einem warmen Ort ca. 3 Std. ruhen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.
4. Die Haselnusskerne in einer Pfanne ohne Fett leicht rösten und abkühlen lassen. Die Nüsse unter den Teig kneten und einen runden Laib formen. Den Laib auf ein gefettetes Blech setzen und zugedeckt noch einmal ca. 2 Std. warm ruhen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.
5. Den Backofen auf 210° vorheizen (Umluft nicht geeignet). Das Eiweiß leicht anschlagen, die Teigoberfläche damit bestreichen und mit Mehl bestreuen. Nach Belieben mittig ein Quadrat einritzen. Die Ofenwände mit etwas Wasser besprühen oder eine Schale mit Wasser auf den Ofenboden stellen. Das Brot auf der zweiten Schiene von unten ca. 1 Std. backen. Auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.