

Rezept

Schnittlauchbrot mit Leinsamen

Ein Rezept von Schnittlauchbrot mit Leinsamen, am 20.04.2024

Zutaten

100 g Weizenvollkornmehl	75 g flüssiger Natursauerteig (selbst angesetzt oder im Beutel)
100 ml Wasser	150 ml Wasser
150 g Leinsamen	150 g Schnittlauch (ca. 5 Bund)
20 g Hefe (ca. 1/2 Würfel)	400 ml Wasser
500 g Weizenvollkornmehl Mehl für die Arbeitsfläche	20 g Salz (ca. 4 TL) Backpapier für das Blech
50 g Leinsamen und 2 EL grobes Meersalz zum Bestreuen	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 3 Brote (à 400 g) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min

Zubereitung

1. Am Vortag für den Sauerteig Mehl und Sauerteig mit dem Wasser in einer Schüssel verrühren und abgedeckt 12-14 Std. (oder über Nacht) reifen lassen.
2. Am Backtag für die Einlage 2 Std. vor dem Backen das Wasser erhitzen. Den Leinsamen damit übergießen und abgedeckt 2 Std. ausquellen lassen.
3. Den Schnittlauch waschen, trocken schütteln und mit der Schere in Röllchen schneiden.
4. Für den Teig die Hefe in einer Schüssel in dem lauwarmen Wasser auflösen und mit dem selbst angesetzten Sauerteig mischen. Das Mehl, den gequollenen Leinsamen und zum Schluss das Salz hinzufügen und alles gut unterarbeiten.
5. Den Teig in der Küchenmaschine (auf langsamer Stufe) oder von Hand 4 Min. kneten, zwischendurch den Schnittlauch zugeben. Danach weitere 3 Min. kneten (Maschine: auf schneller Stufe).
6. Den fertigen Teig auf die bemehlte Arbeitsfläche geben und in drei Teile teilen. Abgedeckt 40-45 Min. gehen lassen. Zwischendurch die Teigstücke dreibis viermal zusammenfalten oder rund wirken. So bekommt der relativ weiche Teig eine gute Struktur.

7. Die gegangenen Teigstücke erneut rund wirken und mit dem Teigschluss nach unten auf ein Blech mit Backpapier legen. Mithilfe eines Backpinsels mit etwas Wasser bestreichen und mit Leinsamen und grobem Meersalz bestreuen. Noch einmal abgedeckt 25-30 Min. ruhen lassen.
-
8. Inzwischen den Backofen auf 220° vorheizen (Umluft nicht empfehlenswert), dabei ein mit Wasser benetztes Blech mit erhitzen. Sobald die Temperatur erreicht ist, das Blech herausnehmen, die Brote in den heißen Ofen (Mitte) schieben und ca. 35 Min. backen.