



## Israel-Brot Brot der 7 Arten



Vor Stockgare



Vor Stückgare



Krume



Brot



Brot

Den Weizensauerteig ansetzen und warm ca. 4 Stunden bis mind. zur Verdoppelung gehen lassen. Ich hatte ihn ca. 4 Stunden in der Gärbox bei 29 Grad. Alternativ mit 20 g ASG über Nacht bei Raumtemperatur gehen lassen.

Gleichzeitig das Kochstück mit kleingehackten Feigen und Weißwein (alternativ geht auch Rotwein) aufkochen und abkühlen lassen.

Das Mehlkochstück mit Gerste Sona Tsampa und Wein unter rühren aufgekochen bis die Mischung eine puddingartige Konsistenz hat. Mit Frischhaltefolie abdecken und abkühlen lassen.

Alle Zutaten des Hauptteiges –außer dem Öl, dem Salz und dem Wein -Feigen-Kochstück - in den Kessel geben und in der langsamen Stufe 5 Minuten, in der nächst höheren Stufe 10 Minuten kneten (Kenwood Stufe MIN und anschließend Stufe 1). Zuletzt Salz und Öl unterkneten. Der Teig sollte einen guten Fenstertest ergeben und löst sich beim Kneten vom Kesselrand. Wenn er so gut wie ausgeknetet ist, das Kochstück und die Granatapfelkerne kurz unterkneten.

Den Teigling in eine geölte Teigwanne abgedeckt für ca. 3 Stunden bis zur deutlichen Zunahme bzw. Verdoppelung in der Stockgare gehen lassen. Dabei am Anfang und 2x nach je 30 Minuten dehnen und falten (S/F).

Teig teilen, Teigling wie gewünscht formen und in einem bemehlten Gärkörbchen für 12 Stunden zur Stückgare in den Kühlschrank bei 5 Grad stellen.

Den Ofen mindestens 40 Minuten vorher auf 250 Grad vorheizen. Am besten mit Backstahl oder Backstein. Einschneiden und einschießen mit Schwaden. Den Schwaden nach 10 Minuten ablassen und die Temperatur auf 210 Grad reduzieren. Für weitere 30-35 Minuten backen. Insgesamt ca. 40-45 Minuten.

Hintergrundbild: <https://dewiki.de/b/83e17>

Lizenz: [CC BY-SA 4.0](#)

Rezeptname: Israel-Brot (H.J. Ammel)

#### Basisdaten:

|                      |       |       |
|----------------------|-------|-------|
| Weizen 812           | 300 g | 38 %  |
| Gerste Sonams Tsamp. | 75 g  | 9 %   |
| W700                 | 425 g | 53 %  |
| Mehl gesamt          | 800 g | 100 % |
| Schüttflüssigkeit    | 635 g | 79 %  |
| Olivenöl             | 16 g  | 2,0 % |
| Dattelsirup          | 16 g  | 2,0 % |
| Salz                 | 16 g  | 2,0 % |



#### Sauerteig

##### Sauerteig 200 TA

|                    |       |            |                           |
|--------------------|-------|------------|---------------------------|
| Sauerteig Mehl     | 200 g | Weizen 812 | 4 Stunden bei 28-29 Grad. |
| Sauerteig Wasser   | 200 g |            |                           |
| Anteil Versäuerung | 20 %  |            |                           |
| ASG                | 40 g  |            |                           |
| Gesamt:            | 440 g |            |                           |

#### Mehlkochstück

|                |       |                      |                                                                    |
|----------------|-------|----------------------|--------------------------------------------------------------------|
| Kochstück Mehl | 25 g  | Gerste Sonams Tsampa | Gerste mit Wein zusammenrühren und unter rühren                    |
| Weißwein       | 125 g |                      | aufkochen bis eine puddingartige Konsistenz erreicht ist. Abkühlen |
| Gesamt:        | 150 g |                      | lassen.                                                            |

#### Kochstück mit Wein und kleingehackten Feigen

|          |       |                                                                                     |
|----------|-------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| Feigen   | 120 g | Feigen kleinschneiden und mit dem Wein aufkochen. Übrig bleiben so ca. 182 - 200 g. |
| Weißwein | 100 g | Abkühlen lassen.                                                                    |
| Gesamt:  | 220 g |                                                                                     |

#### Hauptteig:

|                        |         |       |         |   |
|------------------------|---------|-------|---------|---|
| Weizen 812             | 100 g   | 13 %  | 5,9 %   | 0 |
| Gerste Sonams Tsamp.   | 50 g    | 6 %   | 3,0 %   |   |
| W700                   | 425 g   | 53 %  | 25,1 %  |   |
| Schüttflüssigkeit      | 210 g   | 26 %  | 12,4 %  |   |
| Sauerteig              | 440 g   | 55 %  | 26,0 %  |   |
| Olivenöl               | 16 g    | 2,0 % | 0,9 %   |   |
| Salz                   | 16 g    | 2,0 % | 0,9 %   |   |
| Dattelsirup            | 16 g    | 2,0 % | 0,9 %   |   |
| Mehlkochstück          | 150 g   | 19 %  | 8,9 %   |   |
| Kochstück mit Wein und | 220 g   | 28 %  | 13,0 %  |   |
| Granatapfelkerne       | 50 g    | 6 %   | 3,0 %   |   |
| Gesamtgewicht:         | 1.693 g |       | 100,0 % |   |

#### Bearbeitungshinweise:

|                    |                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kneten:            | 5 Min. Stufe Min. / 10 Minuten Stufe 1 (Kenwood). Zuletzt Salz, Öl einkneten und Fenstertest machen. Dann Kochstück und Granatapfelkerne zufügen. Der Teig löst sich komplett vom Kessel, mindestens vom Kesselrand. |
| Stockgare:         | 3 Stunden bis zur Verdoppelung dabei zu Anfang und 2x je 30 Min. S/F. In zwei Teile teilen.                                                                                                                          |
| Stückgare:         | ca. 10-12 Stunden im Kühlschrank bei 5 Grad.                                                                                                                                                                         |
| Backen:            | 250 Grad mit Schwaden, nach 10 Minuten auf 210 Grad. Insgesamt 40-45 Minuten.                                                                                                                                        |
| Sonstige Hinweise: |                                                                                                                                                                                                                      |

#### Info:

|                 |                    |     |
|-----------------|--------------------|-----|
| Tatsächliche TA | Gesamt Mehl        | 800 |
|                 | Gesamt Flüssigkeit | 651 |
|                 |                    | 182 |