



## Mohn-Chia-Apfelsaftbrot



Vor Stockgare



Nach Stockgare



Krume



Fertiges Brot

Den Lievito Madre mit 72 g LM aus dem Kühlschrank, 72 g 550er und 36 g Wasser ansetzen und an einem warmen Ort (am besten in einer Gärbox) bei ca. 30 Grad für rund 4 Stunden bis mind. zur Verdoppelung gehen lassen.

Gleichzeitig das Quellstück und das Mehlkochstück ansetzen. Beim Quellstück den Blaumohn und den Chiasamen mit Apfelsaft vermischen und 4 Stunden quellen lassen. Für das Mehlkochstück das Weizen-Vollkornmehl mit dem Apfelsaft unter beständigem Rühren aufkochen bis ein puddingartige Konsistenz erreicht ist. Dann mit Frischhaltefolie direkt auf dem Kochstück abdecken und abkühlen lassen.

Alle Zutaten des Hauptteiges –außer dem Quellstück und dem Salz 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 Quellstück unterkneten. Der Teig sollte vor Zugabe des Quellstückes einen guten Fenstertest ergeben und löst sich bis zur Zugabe des Quellstückes beim Kneten komplett vom Kessel. Anschließend löst er sich vom Rand aber nicht vom Boden. Der Teig ist relativ weich.

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

Teigling wie gewünscht formen und in einem bemehltes Gärkorbchen für ca. 60 Minuten bei Raumtemperatur zur Stückgare stellen (alternativ 12 Stunden bei 5 Grad in den Kühlschrank). Da ich vergessen hatte, den Ofen rechtzeitig vorzuheizen, hatte ich 60 Minuten RT und noch 15 Minuten Kühltruhe :-)

Den Ofen mindestens 40 Minuten vorher auf 250 Grad vorheizen. Am besten mit Backstahl oder Backstein. Einschließen mit Schwaden. Den Schwaden nach 10 Minuten ablassen und die Temperatur auf 210 Grad reduzieren. Für weitere 40 Minuten backen. Insgesamt ca. 50 Minuten.

Die zweite Variante ist ohne Chiasamen und ohne Quellstück. Der Mohn wird hier nur zum Hauptteig gegeben.

Rezeptname: Mohn-Chiabrot mit Apfelsaft

**Basisdaten:**

Manitobamehl	280 g	56 %
Weizen VK	100 g	20 %
Weizen 550	120 g	24 %
Mehl gesamt	500 g	100 %
Schüttflüssigkeit	470 g	94 %
Salz	10 g	2,0 %



**Sauerteig**

**Lievito Madre 150 TA**

Sauerteig Mehl	120 g	Weizen 550	LM mit 72 g 550er, 72 g LM aus Kühlschrank und 36 g Wasser angesetzt und bei ca. 30 Grad 4 Stunden gehen lassen.
Sauerteig Wasser	60 g		
Anteil Versäuerung	0 %		
ASG	0 g		
Gesamt:	180 g	Ansetzen mit:	72 LM/72 M/36 W

**Mehlkochstück**

Kochstück Mehl	20 g	Weizen VK	Weizen-Vollkorn und Apfelsaft zusammenrühren und unter rühren aufkochen bis eine puddingartige Konsistenz erreicht ist. Abdecken und auskühlen lassen.
Naturrüber Apfelsaft	100 g		
Gesamt:	120 g		

**Quellstück mit 30 g Chiasamen und 30 g Blaumohn**

Chia u. Blaumohn	60 g	Mohn und Chia mit dem Apfelsaft vermischen und 4 Stunden quellen lassen.
Naturrüber Apfelsaft	120 g	
Gesamt:	180 g	

**Hauptteig:**

Manitobamehl	280 g	56 %	26,9 %	180 g Apfelsaft in den Hauptteig und beim Kneten auf Stufe 1 noch 10 g als Bassinage hinzugeben. Zuletzt das Salz einkneten. Teig sollte einen guten Fenstertest ergeben. Bis zur Zugabe des Quellstückes löst er sich komplett vom Kessel. Nach Zugabe löst er sich vom Rand aber nicht vom Boden.
Weizen VK	80 g	16 %	7,7 %	
Naturrüber Apfelsaft	190 g	38 %	18,3 %	
Sauerteig	180 g	36 %	17,3 %	
Salz	10 g	2,0 %	1,0 %	
Mehlkochstück	120 g	24 %	11,5 %	
Quellstück mit 30 g Chi	180 g	36 %	17,3 %	
Gesamtgewicht:	1.040 g		100,0 %	

**Bearbeitungshinweise:**

Kneten:	5 Min. Stufe Min / 10 Min. Stufe 1 (Kennwood) bis zu einem guten Fenstertest. Zuletzt Salz und Quellstück unterkneten. Der Teig löst sich vom Rand aber nicht vom Kesselboden.
Stockgare:	Ca. 3 Stunden RT bis zu einer deutlichen Zunahme. Am Anfang und 2 x nach 30 und 60 Minuten S/F.
Stückgare:	Ca. 60 Minuten bei RT oder 12 Stunden KS bei 6 Grad.
Backen:	250 Grad vorheizen und 10 Minuten mit Schwaden. Dann Schwaden ablassen und bei 210 Grad für weitere 40 Minuten. Insgesamt ca. 50 Minuten.
Sonstige Hinweise:	

**Info:**

Tatsächliche TA	Gesamt Mehl	500
	Gesamt Flüssigkeit	470
		194

Rezeptname: Mohnbrot mit Apfelsaft (Hermann-J. Ammel)

**Basisdaten:**

Manitobamehl	400 g	80 %
Whole Meal Breadflour	100 g	20 %
0	0 g	0 %
Mehl gesamt	500 g	100 %
Schüttflüssigkeit	380 g	76 %
Öl	0 g	0,0 %
Malz/Honig/etc.	0 g	0,0 %
Salz	10 g	2,0 %
Hefe	0 g	0,0 %
Evtl. noch Saaten und Schüttflüssigkeit für Brühstück.		

**Sauerteig: Lievito Madre 150 TA**

Sauerteig Mehl	120 g	Manitobamehl	LM mit 72 g Manitobamehl, 72 g LM aus Kühlschrank und 36 g
Sauerteig Wasser	60 g		Wasser angesetzt und bei ca. 30 Grad 4 Stunden gehen lassen.
Anteil Versäuerung	0 %		
ASG	0 g	Weizen	
Gesamt:	180 g	Ansetzen mit:	72 LM/72 M/36 W

**Mehlkochstück:**

Kochstück Mehl	20 g	Whole Meal Breadflour	Whole Meal Breadflour und Apfelsaft zusammenrühren und unter rühren aufkochen bis eine puddingartige Konsistenz erreicht ist.
Kochstück Wasser	100 g		
Kochstück Gesamt:	120 g		

**Hauptteig:**

Manitobamehl	280 g	56 %	30,4 %	Dadurch dass der LM normalerweise mit 550er Mehl geführt wird, ist jetzt auch ein kleiner Anteil 550er Mehl im Brot. Soll aber hier nicht stören :-) 210 g Apfelsaft in den Hauptteig und beim Kneten auf Stufe 1 noch 10 g als Bassinage hinzugeben.
Whole Meal Breadflour	80 g	16 %	8,7 %	
	0 g	0 %	0,0 %	
Apfelsaft naturtrüb	220 g	44 %	23,9 %	
Sauerteig	180 g	36 %	19,6 %	
Poolish	0 g	0 %	0,0 %	
Öl	0 g	0,0 %	0,0 %	
Salz	10 g	2,0 %	1,1 %	
Malz/Honig/etc.	0 g	0,0 %	0,0 %	
Mehlkochstück:	120 g	24 %	13,0 %	
Brühstück	0 g	0 %	0,0 %	
Hefe	0 g	0,0 %	0,0 %	
Reste Anstellgut	0 g	0,0 %	0,0 %	
Mohn	30 g	6 %	3,3 %	
Gesamtgewicht:	920 g		100,0 %	

**Bearbeitungshinweise:**

Kneten:	5 Min. Stufe Min / 7 Min. Stufe 1 (Kennwood) bis zu einem guten Fenstertest. Zuletzt Salz und Mohn unterkneten. Der Teig löst sich vom Kessel.
Stockgare:	3-4 Stunden RT bis zu einer deutlichen Zunahme. Am Anfang und 2 x nach 30 und 60 Minuten S/F.
Stückgare:	12 Stunden KS bei 6 Grad.
Backen:	250 Grad vorheizen und 10 Minuten mit Schwaden. Dann Schwaden ablassen und bei 210 Grad für weitere 40 Minuten. Insgesamt ca. 50 Minuten.
Sonstige Hinweise:	

**Info:**

Tatsächliche TA	Gesamt Mehl	500
	Gesamt Flüssigkeit	380
		176