

28. März 2011

Heubrot nach Reinhardt Hess

Im Brotbackbuch von Reinhardt Hess finden sich viele kreative Rezepte. Darunter ist auch das Heubrot. Kreativ ist es in meinen Augen nicht nur, weil es auf Heu gebacken, sondern auch Heu im Teig verarbeitet wird. Kreativität ist jedoch nicht alles. Es muss auch praktikabel sein.

Das Heu im Teig ist ein geschmacklich tatsächlich überzeugender Einfall. Das Brot auf dem Heu zu backen, kann ich allerdings nicht weiterempfehlen. Der Teig umschließt beim Gehen im Ofen teils die groben Halme. Später bekommt man sie kaum noch vom Brotboden gelöst. Zum Mitessen sind sie zu trocken. Außerdem bildet sich im Ofen ein unangenehm beißender Rauch, da das Heu allmählich geröstet wird. Das verleiht zwar dem Brot einen unverwechselbaren, guten Geschmack, ist aber den Augen und den Atemwegen beim Öffnen der Backofentür nicht wirklich zuträglich.

Das verwendete Alpenwiesenheu gibt es in Tierwarenabteilungen der Supermärkte oder im Zoofachgeschäft. Jedoch sollte man aufpassen, dass in der Feinfraktion, die in den Teig kommt, kein Sand enthalten ist. Ich hatte das Pech, habe es aber leider erst beim Brotverkosten gemerkt ...

Das Rezept selbst habe ich noch ein wenig verändert. Der Wasseranteil ist gestiegen, auf das Abstreichen mit Butter habe ich verzichtet. Außerdem habe ich den Mehlen etwas Zeit zum Quellen gegönnt (Autolyse).

Die Krume ist mittelporig und locker. Sie verströmt einen sehr angenehmen Wiesenduft.

Fazit: geschmacklich überzeugend, wenn man das richtige und saubere Heu verwendet und herkömmlich auf einem Blech oder dem Backstein bäckt.

Hauptteig

- 200 g Weizenmehl 550
- 50 g Weizenvollkornmehl
- 1 Esslöffel mit zerriebenem Alpenwiesenheu
- 1/2 Esslöffel Koriander (gemörsert)
- 10 g Gerstenmalz (flüssig)
- 5 g Salz
- 5 g Biofrischhefe
- 175 g Wasser

Das Alpenwiesenheu zwischen den Händen zerreiben. Samen, Blüten und kleinere Gräser mit einem groben Küchensieb abtrennen und davon einen Esslöffel in den späteren Teig geben.

Für den Teig Mehle und 150 g Wasser vermischen und 1 Stunde ruhen lassen (Autolyse).

Nun die übrigen Zutaten zugeben, 5 Minuten auf niedrigster Stufe einkneten und weitere 10-15 Minuten auf zweiter Stufe zu einem straffen Teig verarbeiten. Gegen Ende der Knetzeit die restlichen 25 g Wasser portionsweise zugeben.

1 Stunde Gare bei 22°C. Alle 20 Minuten falten.

Den Teig 12-14 Stunden im Kühlschrank lagern.

Vor dem Backen den Teig auf eine gut bemehlte Arbeitsfläche stürzen, vorsichtig mit der Teigkarte halbieren, in zwei längliche Teiglinge ziehen und auf Bäckerleinen oder Backpapier ablegen. Darauf achten, dass der Teig nicht entgast wird.

1 Stunde abgedeckt zur Gare stellen.

Bei 250°C fallend auf 200°C mit Dampf 30 Minuten backen.

Zubereitungszeit am Backtag: ca. 2 Stunden

