

(Freiburger) Marktbrot			0,5	0,8	1,2	1,5	1,7	2
		Multiplikator						
400	g	Emmer/Einkorn/Weizen-Vollkorn, mittel	200	320	480	600	680	800
400	g	Wasser	200	320	480	600	680	800
170	g	RM 1150	85	136	204	255	289	340
330	g	WZ 812 oder T80	165	264	396	495	561	660
300	g	WZ 550 oder T65	150	240	360	450	510	600
200	g	200 g aufgefrischter LM (sonst WST)	100	160	240	300	340	400
450	g	Wasser	225	360	540	675	765	900
20	g	Honig	10	16	24	30	34	40
12	g	Hefe, 2 g bei Übernachtgare	6	9,6	14,4	18	20,4	24
26	g	Salz	13	20,8	31,2	39	44,2	52
		optional Brotgewürz						
2308	g	Gesamtgewicht Teigmasse	1154	1846,4	2769,6	3462	3923,6	4616

(Freiburger) Marktbrot

Vorgehensweise für den Backrahmen, einfache Menge, 2 Teiglinge:

400 g Weizen (es eignen sich auch Emmer, Einkorn, Dinkel oder eine Mischung davon) auf mittlerer bis feiner Stufe mahlen, mit 400 g Wasser verrühren und 2-4 Stunden bei Raumtemperatur stehen lassen.

Alle Zutaten 12 - 15 Min. langsam miteinander verkneten und über das Anschüttwasser für eine warme Teigtemperatur sorgen.

Bei hohem Dinkelanteil bevorzuge ich die Intervallknetung: 5 Min. kneten, 5 Min. ruhen... je 3 x.

Anschließende Teigruhe von 60-70 Min. entweder im Kessel oder in einem geölten Behälter, 2 x S&F.

Den Teig auf die leicht bemehlte Arbeitsfläche geben, 2 gleiche Teile abwiegen und leicht vorformen.

Nach 20 Min. in die gewünschte Form bringen, seitlich bemehlen und in den *Backrahmen einlegen. Nach einer Gare von ca. 50 Min., eventuell etwas länger – die Teiglinge sollten volle Gare haben - bei 260° mit Dampf anbacken. Nach 10 Min. den Dampf ablassen und bei 235° weitere 60 Min. kräftig ausbacken. Bei ausgeschaltetem Backofen und geöffneter BO-Tür 10 Min. auf dem Backstein lassen. Die Kruste sollte sehr dunkel sein, das „aromatisiert“ die Krume.

Anm.: Ob im Holzbackrahmen, in der Kastenform oder freigeschoben – alle Brote sind bisher gut gelungen. Bei freigeschobenen Broten sollte man das Anschüttwasser eventuell etwas verringern, für die Kastenform kann man wiederum eine höhere TA nehmen.

Das Brot eignet sich auch für die Übernachtgare mit max. 2 g Hefe.

*Der Backrahmen steht auf einem mit Backpapier ausgelegten Lochblech, welches auf den aufgeheizten Stein geschoben wird.