

# EMMERVOLLKORN-TOASTBROT



## Was braucht ihr ?

### Für den Hauptteig

- 600 g Wasser
- 100 g Milch
- 5 g Hefe
- 15 g Honig
- 15 g Weizenmalzmehl
- 400 g Emmervollkornmehl (z.B. von KornFalt)
- 400 g Weizenmehl (1050)
- 30 g Butter
- 18 g Salz

## Wie wird's gemacht ?

Die Hefe wird zusammen mit dem Honig in den Flüssigkeiten aufgelöst. Damit die Milch nicht erwärmt werden muss kann sie vorher einfach kalt mit warmem Wasser vermischt werden. Nun wird das Malzmehl, die Mehlsorten, die Butter und schließlich das Salz hinzugewogen. Der Teig wird für **6 Minuten** auf Stufe 1 und **8 Minuten** auf Stufe 2 geknetet bis sich der Teig vom Schüsselboden ablöst. Es beginnt eine Stockgare von **2 Stunden** bei Raumtemperatur wobei der Teig nach jeweils 1 Stunde, also zweimal, gedehnt und gefaltet wird.

Nach der warmen Gare beginnt nun eine etwa **16 stündige** kalte Übernachtgare im Kühlschrank.

Am nächsten Tag wird der Teig aus dem Kühlschrank genommen und auf der bemehlten Arbeitsfläche kräftig ausgestoßen. Den Teig dehnen und falten und für **1 Stunde** Raumtemperatur annehmen lassen. Nach der Stunde Gare wird der Teig in drei Teile unterteilt, jeweils kurz geknetet, rund gewirkt und nebeneinander in eine gefettete Kastenform gesetzt. Es beginnt eine Stückgare von **1 ½ Stunden**. In der Zeit wird der Ofen auf **240 °C** vorgeheizt. Das Toast wird nun für **10 Minuten** bei 240 °C angebacken bevor die Temperatur für weitere **30 Minuten** auf **220 °C** reduziert wird.

Das Toastbrot sofort auf der Form holen und auskühlen lassen.