

Rezept: Früchtebrot

Quelle: „Brotbackbuch Nr. 4“ von Lutz Geißler (www.brotbackbuch.de)

Ein helles Roggenbrot voller saftiger Früchte. Die Wahl der Früchte und auch der Fruchtmenge ist Geschmackssache, allerdings muss die Teigmenge dann gegebenenfalls neu an die Kastenform angepasst werden, um ein formschönes Brot zu erhalten. Die Salzmenge wurde im Vergleich zu normalen Roggenbroten zu Gunsten des eher süßen Brotcharakters reduziert.

Quellstück

100 g	Pflaumen (getrocknet)	Die Früchte in grobe Stücke schneiden und in Saft einweichen. Wahlweise auch andere Getränke zum Einweichen nutzen.
100 g	Aprikosen (getrocknet)	
100 g	Äpfel (getrocknet)	
100 g	Feigen (getrocknet)	
100 g	Apfelsaft	

Sauerteig

200 g	Roggenmehl 1150	Wasser und Salz mischen, das Mehl darauf geben, darauf das Anstellgut. Anschließend alles zügig verrühren und 12–16 Stunden bei Raumtemperatur (ca. 20–22 °C) reifen lassen.
200 g	Wasser (50 °C)	
40 g	Roggenanstellgut	
4 g	Salz	

Hauptteig

	gesamter Sauerteig
	gesamtes Quellstück
180 g	Roggenmehl 1150
120 g	Wasser (80 °C)
2 g	Salz

Für den Hauptteig das Wasser mit dem Salz in die Kneteschüssel geben. Das Mehl darauf verteilen und darüber den Sauerteig geben (der Sauerteig darf keinesfalls direkt ins heiße Wasser gelangen). Alles zügig von Hand oder mit dem Patisserie-Haken bzw. Flachrührer der Knetmaschine 2–3 Minuten mischen. Das Früchte-Quellstück zugeben und weitere 1–2 Minuten vermischen. Es entsteht ein klebriger Teig.

Den Teig 45 Minuten bei Raumtemperatur nachquellen lassen.

Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche mit wenig Druck langwirken und in die mit Backpapier ausgelegte Kastenform (ca. 20 x 11 x 11 cm) setzen. Alternativ kann der Teig auch halbiert, rundgewirkt und in Kastenformen der Größe 10 x 10 x 10 cm gesetzt werden.

Die Teiglinge 2,5–3 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen. Die Oberfläche sollte die Höhe des Kastenformrandes erreicht haben.

Im auf 220°C vorgeheizten Ofen auf Stein bei 170°C ca. 60–70 Min. backen (bei halber Menge nur 45-50 Min.). Gegebenenfalls die aus der Brotoberfläche ragenden Früchte mit etwas Alufolie vor dem Verbrennen schützen.

Tipp als Alternative zur Alufolie: Bereiten Sie einen relativ festen Hefeteig (z.B. von Ihrem Lieblingshefekuchen) vor. Diesen rollen Sie nach dem ersten Aufgehen dünn aus, formen aus dem Früchtebrotteig mit nassen Händen eine Kugel und setzen diese auf den ausgerollten Teig. Nun legen Sie die Teigblätter über die Kugel, verschließen sie darüber und drücken alles vorsichtig in die gewünschte Kastenform. Sie benötigen an Hefeteig etwa ein Fünftel bis ein Viertel der Früchtebrotteigmenge. Nach dem Aufgehen (siehe Rezept) die Hülle mit Ei abstreichen und ein paar Mal mit dem Zahnstocher einstechen.

Tipp: Sie können auch kleine Früchtebrotkügelchen im Teigmantel herstellen und verschenken. Dazu backen Sie die aufgegangenen Kugeln einfach auf Backpapier. Und denken Sie auch hier ans Abstreichen mit Ei und ans Einstechen.