

# Kürbiskernbrot

- Mittwoch, Oktober 17, 2012

<https://ketex.de/blog/kurbiskernbrot/>

*Rezepte für Kürbiskernbrote gibt es jede Menge. Ich habe auch schon einige davon gebacken. Dieses Rezept jedoch ist für ein frei geschobenes Brot und zusätzlich mit Malzflocken.*

*Die Malzflocken geben dem Brot einen schönen Malzgeschmack und der Krume (man sollte sich also nicht wundern) eine schöne goldbraune Farbe. Das Brot ist nicht ganz leicht zu backen, und man sollte schon eine gewisse Übung haben. Der Geschmack allerdings ist großartig. Für uns bisher das geschmacklich beste Brot mit Kürbiskernen.*

*Ich wünsche viel Spaß beim Nachbacken.*

## 1. Sauerteig

- 70 g [Roggenmehl 1150](#)
- 56 g Wasser
- 7 g [Roggenanstellgut](#)

Alles gut verrühren und 16 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

## 2. Quellstück

- 70 g [Roggenmalzflocken](#)
- 65 g Kürbiskerne
- 33 g Sesam
- 32 g Sonnenblumenkerne
- 200 g kochendes Wasser

Die Kürbiskerne, Sesam- und Sonnenblumenkerne ohne Fett in der Pfanne anrösten, bis sie duften. Dann mit den Roggenmalzflocken vermischen, das kochende Wasser über diese Mischung geben und mindestens 3-4 Stunden quellen lassen.

## 3. Hauptteig

- Sauerteig
- Quellstück
- 350 g [Weizenmehl 550](#)
- 75 g [Roggenmehl 1150](#)
- 195 g Wasser
- 13 g Salz
- 10 g Hefe

Zubereitung

Zubereitung

## 4. Zubereitung

Alle Zutaten 10-12 Minuten in der [Küchenmaschine](#) kneten. Dann erfolgt eine Teigruhe von 20 Minuten .

Danach nochmals 5 Minuten kneten und den Teigling erst rund und dann lang wirken. Mit Wasser abstreichen und in einer Mischung (1:1) aus Kürbiskernen und Weizenschrot (mittel) wälzen.

Anschließend auf einem Blech zur Gare stellen. Bei 3/4-Gare einmal längs mit dem [Bäckermesser](#) einschneiden und dann – bei voller Gare – mit Schwaden einschießen.

Backofentemperatur 15 Minuten 240°, danach auf 200° herunterschalten, den Schwaden ablassen und noch weitere 35 Minuten backen.

---

-