

Weizenvollkorntoast

- Mittwoch, April 10, 2013

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

Nachdem ich vor einiger Zeit hier das Toastbrot aus Typenmehl vorgestellt habe, kam von einigen Usern die Anfrage nach einem Vollkorntoastbrot. Ich habe das alte, bekannte Rezept einfach mit einer etwas höheren Flüssigkeitszugabe verändert und das gesamte Typenmehl gegen Vollkornmehl ausgetauscht. Um dem Vollkornmehl die Gelegenheit zu geben, zu quellen und Feuchtigkeit aufzunehmen, sollte man vorher ein Quellstück machen. Viel Spaß beim Nachbacken, und bitte bei der Gare viel Geduld haben.

1. Salz/Hefe-Gemisch

- 9 g Salz
- 50 g Wasser
- 6 g Hefe

Alles gut verrühren und abgedeckt bei Raumtemperatur über Nacht stehen lassen.

2. Quellstück

- 250 g [Weizenvollkornmehl](#)
- 250 g zimmerwarme Milch (3% Fettgehalt)

Beides gut verrühren und 2-3 Stunden quellen lassen.

3. Hauptteig

- Salz/Hefe-Gemisch
- Quellstück
- 250 g [Weizenvollkornmehl](#)
- 10 g Zucker
- 10 g Speisestärke (Mondamin)
- 30 g weiche Butter
- 40 g zimmerwarme Milch (3% Fettgehalt)
- 5 g (= 1 TL) [flüssiges Backmalz](#)

Zubereitung

Zubereitung

4. Zubereitung

Alle Zutaten bis auf die Butter in der [Küchenmaschine](#) 10 Minuten kneten. Dann die Butter zugeben und nochmals 6 Minuten kneten. Den Teig rundwirken und unter einer [Plastikfolie](#) 180 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen. Dann den Teig in 2 gleich große Stücke teilen, etwas länglich wirken und in die gut ausgebutterte [Toastbrotform](#) geben.

Jetzt schließt sich eine Gare von 2-3 Stunden an. Man sollte den Teig durch die kleinen Löcher in der Form sehen können.

Bei 190° 45 Minuten backen. Aus der Form nehmen und abkühlen lassen.

-