

## Pain maison

- Samstag, April 29, 2017

<https://ketex.de/blog/pain-maison/>

*Nach längerer Zeit wollte ich mal wieder versuchen, ein Brot ohne Risse zu backen. Es ist mir nicht ganz gelungen.*

*Ich erinnerte mich an die Sprüche von Nontox aus dem Sauerteigforum:*

### **Der Fingertest**

*\* Der Teig fühlt sich fest und elastisch an:*

*„Ich bin gerade erst im Körbchen heimisch geworden, lass mich bitte in Ruhe!“*

*\* Der Teig fühlt sich schon etwas schwammig an, springt jedoch sofort zurück:*

*„Ich habe noch genug Druck, um eine weitere halbe Stunde stehen zu bleiben“*

*\* Der Teigling ist schön fluffig, springt aber immer noch in seine alte Form zurück:*

*„Ich habe knappe Gare und kann in den Ofen, wenn Du unbedingt willst, dass die Einschnitte weit aufspringen.“*

*\* Der Teigling behält die Delle eine Zeit lang und füllt sie dann langsam wieder auf:*

*„Ich bin fertig zum Backen – jetzt oder nie!“*

*\* Der Teig seufzt; die Stelle, wo gestupst wurde, fällt etwas ein und erholt sich nicht mehr:*

*„JETZT!“*

*\* Der Teig zerfällt zu Staub – schon bei der schwächsten Berührung.*

*„Ich war schon mit Ramses und Tut-Anch-Amun – lass mich in Ruhe sterben.“*

*So weit, so gut. "Papier ist geduldig", werden manche sagen. Sicher, aber das richtige Gefühl bekommt man eben nur durch viel und häufiges Backen.*

*Ich mache es mir deswegen etwas leichter. Ich gebe meistens etwas Frischhefe zum Teig (1% der Mehlmenge).*

*Bei einem 1 kg Brot ist dann bei mir knappe Gare nach ca. 50 Minuten erreicht, eine normale Gare nach ca. 60 Minuten (Brot mit Einschnitt) und eine volle Gare nach ca. 70 Minuten (Brot - hoffentlich - ohne Risse).*

*Bitte nicht auf diese Zeitangaben festnageln! Diese sollen nur Richtwerte sein, und es gehört halt viel Gefühl dazu.*

*Fazit: Ein Brot ohne Risse zu backen, ist wirklich nicht leicht.*

## 1. Sauerteig

- 200 g [BIO-Roggenmehl 1150](#)
- 200 g Wasser
- 20 g [Roggenanstellgut](#)

Alles klümpchenfrei verrühren und bei 26° 16 Stunden reifen lassen ([Detmolder Einstufenführung DEF](#)), bei Raumtemperatur entsprechend länger.

## 2. Poolish (Vorteig)

- 400 g [französisches BIO-Weizenmehl T 80](#)
- 400 g Wasser
- 4 g Frischhefe

Auch hier alles klümpchenfrei verrühren und 16 Stunden bei Raumtemperatur abgedeckt reifen lassen.

## 3. Hauptteig

### 2 Brote à 1 kg

- Sauerteig
- Vorteig
- 200 g [BIO-Roggenmehl 1150](#)
- 535 g [französisches BIO-Weizenmehl T 80](#)
- 250 g Wasser
- 26 g Salz
- 16 g Frischhefe
- 15 g (= 1 EL) [flüssiges Backmalz \(enzymaktiv\)](#)

Zubereitung

Zubereitung

## 4. Zubereitung

Alle Zutaten in der [Küchenmaschine](#) 10-12 Minuten kneten. Wer eine 2-Gang-Maschine hat, knetet erst 7 Minuten im Normalgang und den Rest der Zeit im Schnellgang.

Daran schließt sich eine Teigruhe im Kessel von 20-30 Minuten an.

Anschließend den Teig auf die Arbeitsplatte geben, in 2 Teile teilen und schön rundwirken.

In der Zwischenzeit 2 [Garkörbchen](#) gut mit [Roggenvollkornmehl](#) ausmehlen. Die Teiglinge mit dem Schluß nach oben in die Garkörbchen legen und zur Gare stellen.

Da ich diesmal Brote ohne Risse backen wollte (ist mir leider nicht ganz gelungen), sollte die Gare 55 bis 65 Minuten bei 28° (in der [Gärbox](#)) dauern. Den richtigen Zeitpunkt zum Einschließen zu finden, muss jeder selbst herausfinden, denn jede Umgebung ist anders und der Teig reagiert eben darauf (Luftfeuchtigkeit, Temperatur in der Küche usw.).

Die Teiglinge auf einen [Schuesser](#) stürzen und in den Ofen, der auf 270° vorgeheizt sein soll, einschließen. Gut schwaden und nach 10 Minuten durch Öffnen der Ofentür den Dampf ablassen.

Nach 15 Minuten die Temperatur auf 180-190° herunterstellen und die Brote noch 45 Minuten weiterbacken. Ab und zu die Ofentür nochmals öffnen.

Dann die Brote aus dem Ofen holen und auf einem Rost auskühlen lassen.

