

Brot II Glutenfrei

Inhaltsverzeichnis

Brot II Glutenfrei	1
Inhaltsverzeichnis	1
Brot	1
Amaranth + Reis Backpulver Brot F	1
Art Quarkzopf M.....	2
Bananen Walnuss Kuchenbrot Shirvan F.....	3
Brot Burylbajtal	4
Brot ST, Zezkazgan M F.....	5
Brot Tasty-Talldy F.....	6
Brotrezept funktioniert immer M F.....	7
Buchweizen Brot oder Brötchen.....	8
Buchweizen Brötchen oder Zopf	9
Buchweizenbrot Uc-Adzi	10
Dreikornbrot Akterek M F.....	11
Dreikornbrot Kyzylzar M F.....	13
Injera-ethiopisches Brot *klassisch.....	14
Injera-ethiopisches Brot *schnelle Version	15
Kuchenbrot 3 Ei M F	16
Leinsamenbrot M F.....	16
Mohnbrot F	17
Reisbrot Temirtau 2 Ei F.....	18
Sauerteigbrot mit geriebenen Äpfel.....	19
Zweikornbrot Kaskelen M F.....	21
Zweikornbrot Kobyl`noje F.....	23
Hinweis F.....	24
PS	24
Hinweis für Word.....	24

Brot

Amaranth + Reis Backpulver Brot F

Glutenfrei, Milch + Eifrei



Backofen vorheizen auf ca 220 -230 °, weil beim öffnen , na ne Menge Hitze flöten geht.

(auch wenn es mir schwer fällt, da ich sonst nur mit Umluft backe, ohne vorheizen, na ja)

5 El Margarine

250 g Amaranthkörner gem +
250 g Natur- Reis gem +
1 P Weinsteinbackpulver (17 g)
1 Kl Kümmelsamen gem
1 Kl Korianderkörner gem
0,5 Tl Meersalz +
1 Prise Vollrohrrohrzucker

Margarine schmelzen, abkühlen

Trockenen Zutaten vermischen, geschmolzen Margarine zugeben + gut verrühren lassen,
danach erst

500 ml kohlenensäurehaltiges Mineralwasser, + gut vermischen, lassen.

In eine mit Backpapier ausgelegte 24 cm Königskuchenbackform, gießen

*Habe es auf der mittel Schiene (2. von Unten) gebacken

15 Minuten bei 200 Grad backen, bis eine Kruste entsteht, Ober- + Unterhitze danach noch ca 50 - 60 Minuten bei 160 Grad fertig backen.

(* keine Erfahrung, damit, weil ich sonst alles auf der unteren backe, sieht aber schon gut aus , schön in die Höhe + braun geworden 19.01.2004)

Montag, 28. August 2006

Lg

Art Quarkzopf M

Glutenfrei / Eifrei

500 g Buchweizen gem
geriebene Schale einer unbehandelten Zitrone

0,5 Tl Bourbon Vanille Pulver
1 Päckchen Hefe, Alnatura
40 -Fruchtzucker ODER anderen
1 Msp. Salz
2 El Soja Vollmehl
60 g ungehärtete Margarine/ Butter

500 ml Milch

Zutaten für den Teig verrühren.
Zum Gehen lassen warm stellen. (60 min ca)

Füllung:

200 g Magerquark ca

10 g Mondamin, 1 gut gehäufter El
30 g Fruchtzucker
geriebene Schale von einer halben unbehandelten Zitrone
30 g Rosinen

Den Teig rühren, in eine mit Backpapier ausgelegte Kastenbackform geben.

Die Füllung auf den Teig in der Backform geben , + spiralförmig untermischen

ODER

Die Füllung gleich auf den Teig geben + leicht untermischen, dann in eine mit Backpapier ausgelegte Kastenbackform geben.

+ nochmals ca 30 min gehen lassen

Im auf 160° Umluft vorgeheizten Ofen ca 40 Minuten backen.

Eigenes Rezept, Donnerstag, 13. April 2006 Hans60

Bananen Walnuss Kuchenbrot Shirvan F



1 Tasse Rosinen ca 100 g
1/2 Tasse Rum 54 % / Rotwein/ Wasser
200 g Walnüsse
4 Bananen ca 500 g
400 ml kohlensäurehaltiges Mineralwasser
225 g Maiskörner (kein Popkorn) gem
250 g Buchweizenkörner gem
3 Tl Korianderkörner gem
0,25 Tl Salz
2 Tüten a 17 g Weinsteinbackpulver
200 g Vollrohrzucker oder mehr
1 Tüte Bourbon Vanille Zucker

1 a 30 cm Königskuchenbackform
Backpapier dafür.

Rosinen mit Rum in einer Tasse bedecken, ca 1 Std ruhen lassen.
Walnüsse trocken rösten , + klein hacken.
Mais + Buchweizen mit Koriander zusammen mahlen.
Bananen zermusen oder pürieren.
Alle Zutaten vermischen, zum Schluss die Rosinen mit der Flüssigkeit.
Sollte wie ein Rührteig sein lieber ein wenig mehr , geht besser auf.

In kalten Backofen bei 160° C Umluft ca 80 min backen.
Bei Ober- + Unterhitze vorheizen auf 180 -190°C + ca 50-60 min backen.
Nadelprobe.

Sonntag, 10. Juli 2005 , eigenes Rezept Hans60

Brot Burylbaijtal

1 Tasse Hirse, ca 120 g
kochendes Wasser
2 Tassen Wasser
120 g Naturreis gem
260 g Mais gem
1 Tüte Backpulver
1 Kl Kümmel
1 Kl Korianderkörner gem
1 Ei oder 1 Banane

400 g kohlensäurehaltiges Mineralwasser

Hirse in ein Sieb + mit kochendem Wasser abspülen, um die Bitterstoffe zu entfernen.

Danach in 2 Tassen kochendem Wasser geben, aufkochen, Vorsicht kocht schnell über, Hitze klein stellen, Deckel drauf, nach 12 min ausstellen die Hitze, ausquellen lassen, dauert meist so 10-20 min, dann ist die Hirse trocken + schön körnig, abkühlen lassen, oder fast.

Alle anderen Zutaten gut vermischen, dann die gekochte Hirse untermischen, ich habe noch ein Ei mit runter gerührt.

Alles in eine mit Backpapier ausgelegte 30 cm Backform geben.

Glattstreichen, im kalten Backofen bei 150 - 160°C Umluft ca 70 min backen.

Eigenes Rezept, Montag, 28. August 2006 Hans60

Brot ST, Zezkazgan M F



230 g Sauerteig

Vorteig:

200 g Mais gem

300 ml Sprudelwasser

Hauptteig:

100 g Hirse gem

50 g Amaranth gem

50 Naturreis gem

1 TI Koriander mit mahlen +

1 TI Kümmel mit mahlen.

1 TI Salz

1 Prise Vollrohrzucker

125 ml Milch ca

die Zutaten vom Vorteig zum Sauerteig zugeben, + verrühren, mit einem feuchten Tuch abdecken, + ruhen bzw gehen lassen, bei Zimmertemperatur. Dauer eins bis vier Stunden.

Den Vorteig umrühren, + alle Zutaten bis zum Zucker zugeben, + verrühren lassen, Vorsichtig bei der Menge der Flüssigkeit, evtl mehr oder auch weniger, sollte zähflüssig sein.

In eine 24 cm mit Backpapier ausgelegte Kastenform gießen, glattstreichen, + wiederum bei Zimmertemperatur gehen lassen, bis sich der Teig deutlich gehoben hat, den gegangenen Teig mit Flüssigkeit einpinseln + falls der Backofen schon vorgeheizt ist, ca 50-60 min bei ca 150°C Umluft backen, sonst in den kalten Backofen bei ca 150°C Umluft, ca 70 min backen. Nadelprobe, ca 10 min in der Form lassen, vorsichtig am Backpapier anfassen + auf Kuchenrost abstellen + auspacken + mit Öl oder Wasser rum herum einpinseln, auskühlen, + mit einem Sägemesser von unten an- schneiden.

PS: ich nehme gerne die Milch, um den evtl unangenehmen Backgeruch ein wenig zu mildern, man kann auch Sprudelwasser statt der Milch nehmen

Sonntag, 24. September 2006 eigenes Rezept

Brot Tasty-Talldy F



Maissauerteig aus
80 g Mais +
Prise Zucker + Hefe +
Kohlensäurehaltiges Mineralwasser

Vorteig :

300 g Mais gem
500 ml Kohlensäurehaltiges Mineralwasser

Hautteig:

100 g Buchweizen gem
1 Tl Kümmel gem
1 Tl Koriander gem
1 Tl Salz
2 El Sonnenblumenkerne
1 El Leinsaat
100 ml Kohlensäurehaltiges Mineralwasser evt

24 cm Kastenbackform
Backpapier dafür

Vorteig mit Sauerteig verrührt, ein paar Stunden bei Zimmertemperatur zugedeckt stehen lassen, bis sich der Teig gehoben hat.

Den Teig durchgerührt + alle Zutaten vom Hauptteig dazu, in die 24 cm mit Backpapier ausgelegte Backform gießen, zugedeckt ein paar Stunden bei Zimmertemperatur gehen lassen.

In den kalten Backofen bei 150-160°C Umluft ca 70 min backen, Nadelprobe.

10 min in der Form lassen, Oberfläche mit Wasser abspritzen oder mit Öl einpinseln. Backpapier erst nach dem Erkalten entfernen, dann wird die Kruste nicht so hart.

Das Brot hält sich ca 6-8 Tage, nicht in Kunststoff bitte.

Brotrezept funktioniert immer M F



200 g. Buchweizen ,geschrotet oder feingemahlen
50 g. Haselnüsse gem
50 g. Mais / Hirse gem.
100 g Reis Mittelkorn gem.
1 Tüte Hefe
1 Prise Vollrohrzucker
1,5 Teel. Meersalz
1 TI Korianderkörner gem
1 TI Kümmelsamen gem
300 ml kohlenensäurehaltiges Mineralwasser +

100 ml Milch

alles miteinander vermischen

Es darf nur die gleiche Menge Wasser erhalten,
wie Gewicht des Getreide 1 zu 1 eine Idee mehr

in eine 24 cm, mit Backpapier ausgelegte Königs-kuchenbackform füllen,
glatt streichen,

im kalten Backofen bei 150°C Umluft ca 55 min backen
raus, Backpapier vorsichtig entfernen, ein ölen, + weitere 20 min backen

Buchweizen Brot oder Brötchen

700 g Buchweizenkörner gem
1 Tüte + 1,5 TI Hefe / Backpulver
1 El Vollrohrzucker
2 TI Salz
Gewürze nach Geschmack z. B.
2 El Kümmel halb gem+ halb ganz
1 El Koriander
1 TI Schabzigerklee
700 g kohlenensäurehaltiges Mineralwasser

35 cm oder zur Not reicht auch 30 cm, dann aber
das Backpapier größer lassen. Läuft raus...

alle Zutaten miteinander verrühren, ca 2 Std zugedeckt im Backofen bei
30- 40°C Ober-+ Unterhitze (Licht an + ein wenig mehr) einen Holzlöffel
zwischen Tür + Ofen, damit die Tür einen Spalt offen bleibt.

Nochmals durch rühren den Teig , + in eine mit Backpapier ausgelegte Kastenbackform gießen .

Oder in mit Fett eingepinselte Muffeinsbackformen (1 El) geben.

Nochmals im Backofen bis zu 60 min gehen lassen

In den kalten Backofen bei 160°C Umluft ca 60- 70 min,
das Brot möglichst ganz mit Olivenöl einpinseln

bei Muffeins reichen bei mir 20 -30 min.

Donnerstag, 20. April 2006 Hans60

Buchweizen Brötchen oder Zopf

700 g Buchweizenkörner gem
1 Tüte + 1,5 Tl Hefe
1 Prise Vollrohrzucker
1 Tl Salz
500 g kohlensäurehaltiges Mineralwasser
Gewürze nach Bedarf/ Geschmack,

für Brötchen

Zopf

Streumehl
Den Teig dünn ausrollen.

Füllung z.B

200 g Quark
40 g Fruchtzucker
1 Prise Salz
1 gut gehäufter El Mondamin / Speisestärke
30 -50 g Rosinen

für Zopf

alle Zutaten miteinander verkneten lassen, ca 2 Std zugedeckt im Backofen bei 30- 40°C Ober-+ Unterhitze (Licht an + ein wenig mehr) einen Holzlöffel zwischen Tür + Ofen, damit die Tür einen Spalt offen bleibt.

Nochmals den Teig kneten, entweder zu einer Rolle + von dieser ca 5-6 cm Scheiben abschneiden + zu Bällchen formen + auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben

Füllung Zutaten, miteinander verrühren + dünn auf den Teig ausrollen, eher streichen, Rosinen noch drauf legen, den Teig zusammen rollen, (wenn zu dick ist, sammelt sich der Quark beim backen zusammen, ergibt dann eine Art Tasche,)

+ 1 oder 2 x durchschneiden
+ zum Zopf flechten, (es geht)
Nochmals im Backofen bis zu 60 min gehen lassen

In den kalten Backofen bei 160°C Umluft ca 30- 50 min,

der Teig wird ziemlich kompakt, fest..
egal ob Brötchen oder Zopf.

Es fehlt, um es lockerer zu machen, einfach noch Flüssigkeit, nur dann lässt es sich wiederum nicht ausrollen...

Donnerstag, 20. April 2006

Buchweizenbrot Uc-Adzi



Buchweizenbrot Uc-Adzi
glutenfrei / ei- + milchfrei

Zutaten für 1 Portionen
450 g Buchweizen, gemahlen
50 g Amaranth, gemahlen
1 TL Kümmel, ganz +
1 TL Koriander mit gemahlen, ODER
1 Tüte/n Gewürzmischung für Brot

1 Tüte/n Backpulver, (Weinsteinbackpulver) f. 500 g Mehl
1 TL Salz
1 EL Leinsamen
1 EL Sesam, geschält
1 EL Sonnenblumenkerne
500 ml Mineralwasser, kohlensäurehaltiges, evtl. mehr
250 g Rosinen, evtl.

Alle Zutaten miteinander vermischen, soll wie ein Rührteig sein, lieber etwas mehr Flüssigkeit. In eine mit Backpapier ausgelegte Kastenform gießen. In den kalten Backofen, ganz unten in die Fettpfanne, Wasser gießen, (übern Daum, nehme 0,5- 1 L) . Bei 160°C Umluft ca. 70 min - 80 min backen, Nadelprobe. Bei Ober- + Unterhitze vorheizen auf ca. 180-190°C + ca. 50-60 min backen. Dabei dann aber einen großen Tassentopf mit Wasser neben der Backform stellen.

Wenn fertig, die Oberfläche des Brotes mit kaltem Wasser abspritzen. Auf ein Kuchenrost heben + ganz abkühlen lassen, dann erst das Backpapier entfernen.

Veränderung : Zum Schluss noch 250 g Rosinen unter heben. Dann aber Salz nur die Hälfte.

Bitte bedenkt: Da ich das Getreide + die Ölsaaten + Nüsse erst kurz vor dem Gebrauch mahle, hat es eine andere Bindekraft (+ auch Geschmack). Wenn ihr dagegen mit gekauften Mehlen arbeitet, kann, muss aber nicht, das ihr zu anderen Ergebnissen kommt, als hier beschrieben.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten
09.02.06 Hans60

Dreikornbrot Akterek M F
Glutenfrei + Eifrei



200 g Sauerteig

Vorteig:

400 g kohlensäurehaltiges Mineralwasser
150 g Hirsekörner gem
250 g Maiskörner gem

Hauptteig:

2 Kl Teig abnehmen,

150 g Naturreis gem
1 Kl Kümmel gem
1 Kl Koriander gem
1,5 Kl Salz
1 Prise Vollrohrrohrzucker

200 ml Milch ca

in den Sauerteig alle Zutaten vom Vorteig zusammen rühren, abdecken, + bei Zimmertemperatur gehen lassen, Mann sieht es, wie lange, (habe eine durchscheinende Schüssel, sind dann mit Luftblasen durchsetzt)

2 Kl Teig abnehmen, mit gem Getreide trocken rühren, in einem Glas, Deckel drauf , ab in den Kühlschrank, fürs nächste Mal.

Vom Naturreis bis zum Zucker alle Zutaten dazu, verrühren, so viel Milch dazu geben das es ein Rührteig ähnlich ist, kann mehr aber auch weniger sein, lieber etwas flüssiger, geht besser.

Den Teig in eine mit Backpapier ausgelegte 30 cm Königskuchenbackform gießen, glatt streichen, bei Zimmertemperatur erneut gehen lassen, sollte dann sichtbar hoch gegangen sein.

In den kalten Backofen bei ca 150°C Umluft ca 70 min backen, Nadelprobe.

Ca 10 min in der Form ruhen lassen, dann am Backpapier anfassen + auf ein Kuchenrost ganz auskühlen lassen, Backpapier entfernen.

Brot auf den Kopf legen + von unten mit einem Sägemesser an / auf schneiden.

Eigenes Rezept Mittwoch, 23. August 2006

Bitte bedenkt

Da ich das Getreide + die Ölsaaten + Nüsse erst kurz vor dem Gebrauch mahle, hat es eine andere Bindekraft (+ auch Geschmack).

Wenn Ihr dagegen mit gekauften Mehlen arbeitet,

kann, muss aber nicht, das Ihr zu anderen Ergebnissen kommt, als hier beschrieben.

Mit freundlichen Grüßen

Hans

Lg

Dreikornbrot Kyzylzar M F

Glutenfrei + Eifrei



100 g Mais Sauerteig / Reissauerteig

Vorteig:

200 g Mais gem

200 g kohlenensäurehaltiges Mineralwasser

Hauptteig:

100 g Buchweizen gem

100 g Naturreis Mittelkorn gem

1 Tl Kümmel gem

1 Tl Koriander gem

1 Tl Salz

100 ml Milch

1 a 24 cm Kastenbackform

Backpapier dafür

die Zutaten vom Vorteig mit dem Sauerteig verrühren, abdecken, gehen lassen, bei Zimmertemperatur, so lange bis sich der Teig deutlich gehoben hat.

Die Zutaten vom Hauptteig zum Vorteig geben, gut verrühren, lassen.

+ in eine mit Backpapier ausgelegte 24 cm Kastenbackform geben, glatt streichen, in die Mitte mit einem Messer eine 1-1,5 cm tiefen Schnitt geben, daran kann man dann gut erkennen, ob der Teig bei Zimmertemperatur gegangen ist, sollte aber nicht mehr als 120 min sein, dann fällt er meist schon wieder ein.

Den gegangenen Teig mit Wasser einpinseln.
+ bei vorgeheizten Backofen ca 60 min bei 150°C Umluft backen.
(war vorgeheizt, weil ein Kuchen drin war)
sonst in den kalten Backofen bei ca 160°C Umluft ca 70 min backen.
Brot mit Olivenöl einstreichen oder mit Wasser, habe mit beide Arten gute Erfahrungen gemacht.

Montag, 18. September 2006 eigenes Rezept

Mit freundlichen Grüßen

Hans

Injera-ethiopisches Brot *klassisch

Zutaten für 5 Injeras:

2 1/2 Tassen Wasser mit 2 Tassen Teffmehl in einer großen Schüssel verrühren.

2 1/2 Tassen Wasser mit 2 Tassen Buchweizenmehl in einer anderen Schüssel ansetzen.

Zubereitung:

Beide Schüsseln 2-3 Tage stehen lassen, bis sie zu säuern beginnen und das Wasser sich an der Oberfläche absetzt. Das Wasser abgießen. Den Inhalt der beiden Schüsseln zusammenrühren und 2 Stunden stehen lassen. Den Teig mit handwarmem Wasser strecken, bis er die richtige Konsistenz hat (etwa wie Pfannkuchen). Eine dünne Schicht in eine erhitzte, beschichtete Pfanne geben, Deckel drauf und bei kleiner Hitze garen lassen. Der Teig darf nicht braten, nicht braun werden, nur garen. Diese traditionelle Zubereitung ist nicht ganz einfach, aber es lohnt!

Fazit

Am 3. Tag wölbte sich der Buchweizen nach oben.

Wasser stand nicht drauf.

Hirse saugt das Wasser nicht auf, im kalten Zustand, aber es gab Blasen, also goss ich das Wasser ab, vermischte beides + ließ es in Ruhe.

Beschichtete Pfannen nicht vorhanden, nahm gusseiserne, erst auf höchster Stufe, dann runter auf kleinste Stufe.

Den Teig mit kohlensäurehaltiges Mineralwasser, verdünnt, den Teig in die Pfannen gekippt.

es geht verhältnismäßig schnell, bis sie fertig sind.

Habe in drei Pfannen + mit Waffeleisen gearbeitet.

Sind säuerlich, + nicht gerade unser Geschmack, die, aus dem Waffeleisen sagten uns noch am meisten zu.
Werden sie nicht nochmals machen.

Mit freundlichen Grüßen

Hans
Dienstag, 2. Mai 2006

Injera-ethiopisches Brot *schnelle Version

Zutaten für 4 Portionen:

1/2 Tasse Teff (Hirsemehl), (90g)
1/3 Tasse Buchweizenmehl, (60 g)
1 El brauner Zucker, (Vollrohrrohrzucker)
1/2 Teelöffel Salz,
1/2 Teelöffel Backpulver,
2 Tassen eingedickte Sojamilch oder pürierter Seidentofu,
statt dessen
2 Tassen Sojamilch + 1 El Mondamin
1 El Ö, Rapsöl

Zubereitung:

Alle Zutaten zu einem geschmeidigen Teig verrühren. Einen halben Schöpflöffel voll in eine heiße ungefettete beschichtete Pfanne gießen und verteilen. Der Fladen ist fertig, wenn er sich vom Rand löst. Die Pfanne nach jedem Durchgang mit einem Küchentuch abwischen.

Sind bei mir 7 Stück geworden.

Wurden zum Frühstück mit Butter + Honig, vertilgt.

Ist dir vielleicht nicht bekannt, aber, in nur ganz wenigen Ländern dieser Welt, gibt es Brote, wie sie in Deutschland üblich sind, also in dieser aufgeplusterten Form, sonst sind es immer nur Fladen, mal dicker mal flacher.

Mit freundlichen Grüßen

Hans

Samstag, 29. April 2006

Kuchenbrot 3 Ei M F

Glutenfrei



500 g Buchweizen gem
geriebene Schale einer unbehandelten Zitrone
0,5 Tl Bourbon Vanille Pulver
1 Päckchen Hefe, Alnatura
40 -160 g Fruchtzucker ODER anderen
1 Msp. Salz

3 Eier

60 g ungehärtete Margarine zerlassen

Milch auffüllen bis 500 ml

Zutaten für den Teig verrühren.

Zum Gehen lassen warm stellen. (60 min ca)

in eine mit Backpapier ausgelegte Kastenbackform geben, + nochmals ca
30 min gehen lassen

Im auf 160° Umluft vorgeheizten Ofen ca 40 Minuten backen.

Eigenes Rezept, Donnerstag, 13. April 2006 Hans60

Donnerstag, 10. August 2006

Leinsamenbrot M F

Glutenfrei



Zutaten für 1 Portionen

500 ml kohlensäurehaltiges Mineralwasser
 300 g Buchweizenkörner gem +
 100 g Naturreis, Mittelkorn, gem +
 100 g Hirsekörner gem
 80 g Mais gem
 1 TL Vollrohrrohrzucker
 1 TL Salz
 100 Leinsaat, gem
 2 El ungehärtete Margarine /Butter
 1 Prise Muskat, gerieben

1 El Gauda mittelalt gerieben

1 Tüte Trockenhefe
 Leinsaat

erst die trockenen Zutaten zusammen vermischen dann den Rest dazu.
 In eine mit Backpapier ausgelegte 30 cm Kastenform gießen, glatt streichen, + ganzen Leinsamen drüber streuen, bei Zimmertemperatur ca 90 - 120 min gehen lassen.
 In den kalten Backofen bei ca 150°C Umluft ca 70 min backen. Nadelprobe.

Dienstag, 12. September 2006 Max&Bella

Mohnbrot F



Zutaten für 1 Portionen

500 ml kohlensäurehaltiges Mineralwasser
300 g Buchweizenkörner gem +
100 g Naturreis, Mittelkorn, gem +
100 g Amaranthkörner gem
80 g Mais gem
1 TL Vollrohrrohrzucker
1 TL Salz
50 g Mohn, gem
2 El ungehärtete Margarine /Butter
1 Prise Muskat, gerieben

1 EL Ziegenkäse gerieben

1 Tüte Trockenhefe

erst die trockenen Zutaten zusammen vermischen dann den Rest dazu.
In eine mit Backpapier ausgelegte 24 cm ist zu klein 30 cm ist zu groß
Kastenform gießen, glatt streichen, bei Zimmertemperatur ca 90 - 120
min gehen lassen.

In den kalten Backofen bei ca 150°C Umluft ca 70 min backen. Nadelprobe.

Quelle: 01.07.05 sandra09061966

Veränderung auf Glutenfrei, Mittwoch, 6. September 2006

Reisbrot Temirtau 2 Ei F



Sauerteig

80 g Naturreis Mittelkorn gem
Prise Zucker + Hefe
Kohlensäurehaltiges Mineralwasser

Vorteig

400 ml Kohlensäurehaltiges Mineralwasser
300 g Naturreis Mittelkorn gem

Hauptteig

100 g Naturreis Mittelkorn gem
1 TI Koriander mit gem
1 TI Kümmel mit gem
1 TI Salz

2 Ei

24 cm Backform +
Backpapier dafür

Zutaten für St in ein Schraubglas zu einer Pampe gerührt, Deckel drauf,
über Nacht bei Zimmertemperatur.

Vorteig

Mit einem Teil des Wassers den ST Ansatz verrührt, + in eine Schüssel
gegossen, jetzt den Rest des Wassers dazu, verrührt, die 300 g gem Reis
mit vermengt.

Deckel drauf , bei Zimmertemperatur ca 120 min stehen lassen, bis sich
sichtbar Blasen gebildet + der Teig sich etwas gehoben hat.

Hauptteig

Umgerührt den Vorteig, die gemischten trockenen Zutaten gut verrührt,
dann die Eier drunter, vermischt.

In die mit Backpapier ausgelegte 24 cm Kastenbackform gegossen, glatt
streichen.

bei Zimmertemperatur ca 120- 180 min stehen lassen, bis sich sichtbar
Blasen gebildet + der Teig sich etwas gehoben hat.

In den kalten Backofen bei 150°C Umluft ca 70 min backen, Nadelprobe.
Ca 15 min in der Form lassen, sich verfestigen, dann am Backpapier an-
fassen + das Brot auf einen Kuchenrost ganz abkühlen lassen, vor dem
anschneiden.

Eigenes Rezept, Donnerstag, 19. Oktober 2006 Hans60

Sauerteigbrot mit geriebenen Äpfel

Glutenfrei, Kuh Milchfrei , Eifrei

Schnellsauerteig

150 g Buchweizen gem.
0,25 TI Vollrohrrohrzucker
1 Prise Trockenhefe
Kohlensäurehaltiges Mineralwasser

ODER

150 g Sauerteig

Vorteig:

2 Äpfel mit oder ohne Schale gerieben
1 El Zuckerrübensirup
100 g Amaranthkörner gem
100 g Hirsekörner geschrotet
100 g Naturreis (Mittelkorn) geschrotet
300 g Buchweizenkörner geschrotet
700 ml kohlensäurehaltiges Mineralwasser

Hauptteig:

2 El Teig abnehmen,

1 El Brotgewürz
2 TI Salz
150 g Buchweizenkörner gem

35 cm Kastenbackform
Backpapier dafür

Oliveöl

Die Zutaten für den Sauerteig in einem Glas verrühren, muss eine dicke Pampe ergeben, Deckel drauf. Zimmertemperatur .
Wenn das Glas voll ist, umfüllen in eine Schüssel, gut verrühren, Deckel / Teller drauf, über Nacht stehen lassen.

Bei fertigen Sauerteigansatz

Ca 130 g Buchweizen fein gem + kohlensäurehaltiges Mineralwasser
Verrühren, + über Nacht stehen lassen

Vorteig Zubereitung

Äpfel auf den Sauerteig reiben, Zuckerrübensirup drauf, + verrühren. So dann das kohlensäurehaltiges Mineralwasser einrühren , langsam damit die Kohlensäure nicht zuviel entfleucht. Alle Getreide vom Vorteig hinzu geben verrühren Deckel drauf, gehen lassen, muss Blasen geben + der Teig muss sich gehoben haben, wenn man mit einem Löffel durch fährt, muss es schaumig sein, 2-4 h ca, je nach Zimmertemperatur.

Hauptteig Zubereitung

2 El Sauerteig abnehmen, mit Buchweizenmehl trocken mischen, Deckel drauf, ist der Sauerteigansatz fürs nächste Brot.

Brotgewürz + Salz + 150 g Buchweizen fein gem untermischen, vermischen, in eine 35 cm mit Backpapier ausgelegte Kastenform gießen, glatt streichen, + mit einem feuchten Handtuch abdecken + gehen lassen, bis er sich deutlich gehoben hat, bitte nicht mehr als ca 110 min, dann fällt er wieder ein, dann muss man mit Buchweizenmehl + Wasser es wieder aufbauen.

In den kalten Backofen bei ca 160°C Umluft ca 70- 80 min backen,

raus nehmen , Backpapier vorsichtig entfernen, ganze Brot mit Olivenöl einstreichen, das Brot wieder in den Backofen + weitere 30 min backen.

Auskühlen lassen, vor dem anschneiden

Eigenes Rezept, Donnerstag, 13. April 2006 Hans60

Zweikornbrot Kaskelen M F

Glutenfrei + Eifrei



200 g Glutenfreien Sauerteig

Vorteig:

450 g kohlensäurehaltiges Mineralwasser
150 g Naturreis (Mittelkorn) gem

250 g Maiskörner gem

Hauptteig:

2 Kl Teig abnehmen,

150 g Naturreis gem

1 Tl Kümmel gem

1 Tl Koriander gem

1,5 Kl Salz

1 Prise Vollrohrrohrzucker

200 ml Milch ca

in den Sauerteig alle Zutaten vom Vorteig zusammen rühren, abdecken, + bei Zimmertemperatur gehen lassen, Mann sieht es, wie lange, (habe eine durchscheinende Schüssel, sind dann mit Luftblasen durchsetzt)

2 Kl Teig abnehmen, mit gem Getreide trocken rühren, in einem Glas, Deckel drauf , ab in den Kühlschrank, fürs nächste Mal.

Vom Naturreis bis zum Zucker alle Zutaten dazu, verrühren, so viel Milch dazu geben das es ein Rührteig ähnlich ist, kann mehr aber auch weniger sein, lieber etwas flüssiger, geht besser.

Den Teig in eine mit Backpapier ausgelegte 30 cm Königskuchenbackform gießen, glatt streichen, bei Zimmertemperatur erneut gehen lassen, sollte dann sichtbar hoch gegangen sein.

In den kalten Backofen bei ca 150°C Umluft ca 70 min backen, Nadelprobe.

Ca 10 min in der Form ruhen lassen, dann am Backpapier anfassen + auf ein Kuchenrost ganz auskühlen lassen, Backpapier entfernen.

Brot auf den Kopf legen + von unten mit einem Sägemesser an / auf schneiden.

Eigenes Rezept, Donnerstag, 24. August 2006

Bitte bedenkt

Da ich das Getreide + die Ölsaaten + Nüsse erst kurz vor dem Gebrauch mahle, hat es eine andere Bindekraft (+ auch Geschmack).

Wenn Ihr dagegen mit gekauften Mehlen arbeitet,

kann, muss aber nicht, das Ihr zu anderen Ergebnissen kommt, als hier beschrieben.

Lg

Zweikornbrot Kobyl`noje F

Glutenfrei + Eifrei + Milchefrei



80 g Mais Sauerteig

Vorteig:

200 g Mais gem

400 g kohlensäurehaltiges Mineralwasser

Hauptteig:

100 g Buchweizen gem

100 g Mais gem

1 Tl Kümmel gem

1 Tl Koriander gem

1 Tl Salz

1 a 24 cm Kastenbackform

Backpapier dafür

die Zutaten vom Vorteig mit dem Sauerteig verrühren, abdecken, gehen lassen, bei Zimmertemperatur, so lange bis sich der Teig deutlich gehoben hat.

Die Zutaten vom Hauptteig zum Vorteig geben, gut verrühren, lassen.

+ in eine mit Backpapier ausgelegte 24 cm Kastenbackform geben, glatt streichen, in die Mitte mit einem Messer eine 1-1,5 cm tiefen Schnitt geben, daran kann man dann gut erkennen, ob der Teig bei Zimmertemperatur gegangen ist, sollte aber nicht mehr als 120 min sein, dann fällt er meist schon wieder ein.

Den gegangenen Teig mit Wasser einpinseln

sonst in den kalten Backofen bei ca 150°C Umluft ca 60 min backen.

Brot mit Olivenöl einstreichen oder mit Wasser, hebe mit beide Arten gute Erfahrungen gemacht.

Donnerstag, 5. Oktober 2006

Hinweis F

Bedeutet ein Foto, im Rezept

Mit freundlichen Grüßen

PS

Es sind gesammelte Rezepte, teils noch nicht probiert.

Sowie freigeschalteten Rezepte, mit Datum + Namen, vom

www.chefkoch.de

teilweise mit den Kommentare , wenn sie zur Aufklärung verschiedener Begriffe beitragen konnten .

Musste teilweise die Überschriften, teilen, damit ich sie besser sortieren konnte.

Bitte um Verständnis.

Fleisch + Fisch ist alles separat zusammen gefasst

Mit freundlichen Grüßen

Hans

Zusammen gestellt Montag, 23. Oktober 2006

www.Hans-joachim60.de

Hinweis für Word

Die Sammlung ist mit **Verdana 12** geschrieben, wer eine kleinere Schriftgröße benutzt, bei dem stimmen die Seitenzahlenangaben nicht mehr, Sind aber weiterhin aktiv.

Der/die gehe bitte auf das jeweilige Verzeichnis , erst Inhaltsverzeichnis, dann Index, mit der RECHTEN Maustaste

Felder aktualisieren / gesamtes Verzeichnis aktualisieren.

Dann speichern, O K.

Montag, 23. Oktober 2006

Mit freundlichen Grüßen

Hans