



Emmentaler Mülibrot (Ruchbrot)

Das Brot habe ich so getauft, weil die Mehle aus der Mühle Kleeb in Rüegsbach im Emmental stammen. Die Mühle Kleeb verarbeitet vorwiegend Getreide, auch alte Kornsorten, aus der Region zu einer vielfältigen Auswahl an Mehlen und Getreideprodukten, vieles auch in Bioqualität.

Das Mülibrot hab ich aus vorwiegend Bauernmehl gebacken. Es ist dem Ruchmehl sehr ähnlich, aber mit einem Anteil Dinkel und Roggen ist es "chüschtiger". Nebst einem Hefevorteig (Poolish) habe ich einen Sauerteig verwendet, dieser dient weniger der Triebkraft, sondern ist vor allem Geschmacksgeber. Das gebackene Brot schmeckte fein und würzig, mit nur leicht säuerlichem Gusto. Die Krumme, zwar etwas unregelmässig geraten, weich und doch genug fest, dass sie sich gut mit Butter zu bestreichen. Ein gutes Alltagsbrot, und frisch mit einer knusprigen, eher feinen Kruste.

Zutaten

Sauerteig

50g	Bauernmehl dunkel
40g	Wasser
5g	Anstellgut

Poolish

100g	Ruchmehl Bio
100g	Wasser
1g	Frischhefe

Haupteig

95g	Sauerteig
201g	Poolish
350g	Bauernmehl dunkel
220g	Wasser

20g	Butter, zimmerwarm
2g	Frischhefe
	in 1 El Wasser aufgelöst
11g	Salz

Zubereitung

Sauerteig und Poolish ansetzen und abgedeckt 12-14 Stunden reifen lassen. Der Sauerteig auf der Heizmatte (ca. 30°), den Poolish bei Zimmertemperatur (ca. 22°).

Alle Haupteigzutaten vermischen und auf langsamer Stufe kneten bis sich der Teig von der Schüsselwand löst (ca. 10 Minuten). Auf mittlerer Stufe 3 Minuten weiterkneten.

Teig in eine eingeeölte Wanne geben und 5 Stunden gehen lassen, dabei nach einer, zwei und drei Stunden je zweimal falten. Am Schluss ruht der Teig ohne zu falten für 2 Stunden. Er sollte nach 5 Stunden etwa aufs Doppelte aufgegangen sein.

Teig auf eine leicht bemehlte Unterlage stürzen und in 2 Stücke teilen. Teiglinge zu Quadraten ausziehen mit den Fingerkuppen leicht flachdrücken (Ausstossen), um grössere Gaseinschlüsse zu entfernen.

Teiglinge von den Ecken her zur Mitte einfalten, Teiglinge umdrehen, damit der Schluss auf die Arbeitsfläche zu liegen kommt. Mit den flachen Händen von der Seite her zu rundlichen Ballen formen. 45 Minuten abgedeckt ruhen lassen. Der weiche Teig läuft dabei etwas in die Breite, ich habe ihn darum nach 20 Minuten und zum Schluss von Hand etwas nachgeformt: Von den Seiten her mit flachen Händen leicht zusammenschieben.

Ofen mit Backstein und Wassergefäss auf 250° vorheizen.

Teiglinge mit zwei Metallspachteln auf den heissen Backstein hieven. Oberfläche mit Wasser einpinseln, das bewirkt, das diese beim Anbacken weicher bleibt und das Brot besser aufgeht. Dreimal mit einer Rasierklinge quer einschneiden.

Brot in den Ofen schieben und einen kräftigen Dampfstoss geben (Einen "Gutsch" Wasser auf den Ofenboden giessen). 20 Minuten backen. Wassergefäss entfernen, Ofen auf 220° zurückstellen, kurz entlüften und weitere 20 Minuten backen.



Sauerteig und Poolish angesetzt



Sauerteig und Poolish gereift



Teig geknetet



Teig nach 5 Stunden Reifung



Brotlaibe formen





Frisch aus dem Ofen