



Maisbrot mit Sauerteig

Mais enthält keine Klebereiweisse und lässt sich darum nicht zu einem luftigen Brot verbacken. Maisbrot ist darum immer ein Weizen- oder Dinkelbrot mit Zugabe von Mais. Um dem Brot eine gute Kleberstruktur zu geben, habe ich Weiss- und Ruchmehl mit dem Sauerteig kurz verknetet und danach 40 Minuten ruhen lassen. In dieser Zeit verquellen die Eiweisse und verkneten sich zu Klebersträngen (Autolyse). Erst danach habe ich die Maiseinlage zugegeben und den Teig gesalzen.

Den Teig habe ich intensiv geknetet. Zuerst 20 Minuten auf der langsamsten Stufe bis der Teig faserige Strukturen zeigte. Danach nochmals 5 Minuten auf mittlerer Stufe, bis sich der Teig ganz von der Schüsselwand gelöst hatte. Der sehr weiche Teig fühlte sich danach nur noch leicht klebrig an.

Zutaten

Sauerteig:

60g Dinkelvollkorn
60g Wasser
15g Anstellgut

Maiseinlage:

120g Maisgriess fein
120g Wasser 65°

Autolyseteig:

Sauerteig

200g Weissmehl
150g Ruchmehl
240g Wasser

Hauptteig:

Autolyseteig

Maiseinlage

10g Salz

Zubereitung

Sauerteigzutaten vermischen und abgedeckt 12 Stunden bei 30°(auf Heizmättchen) reifen lassen.

Maisgriess mit heissem Wasser vermischen und 45 Minuten quellen lassen.

Zutaten für den Autolyseteig mit der Maschine kurz vermischen und ca. 40 Minuten ruhen lassen.

Maiseinlage und Salz zugeben. 20 Minuten auf langsamer Stufe, danach 5 Minuten auf mittlerer Stufe kneten.

Teig in eine eingeölte Wanne geben und über Nacht im Kühlschrank lagern.

Teig auf eine leicht bemehlte Unterlage stürzen und in 3 Stücke teilen. Zu länglichen Laiben formen und von jeder Seite her einmal einfalten. Leicht bemehlen und mit Leinen abgedeckt 1 1/2 Stunden gehen lassen.

Ofen mit Backstein und Wassergeschirr auf 250° vorheizen.

Teig der Länge nach nochmals falten, damit die Laibe etwas mehr Volumen bekommen, 10 Minuten ruhen lassen und mit dem Schluss nach unten auf den heissen Backstein legen. Mit einer Rasierklinge der Länge nach einmal einschneiden.

In den Backofen schieben und einen Dampfstoss geben (etwas heisses Wasser auf den Backofenboden kippen). Nach 20 Minuten Wassergefäss entfernen, den Ofen kurz entlüften und auf 220° zurückstellen. Weitere 20 Minuten backen.



Teig frisch geknetet



