

INHALT

EINLEITUNG

Begriffserklärungen 10

Ausstattung 11

BROTBACKEN

Die Schritte der Fermentation 15

Autolyse 15

Kneten 15

Stockgare 15

Formen 17

Stückgare 17

Backen 17

Abkühlen 17

Das Mehl 18

Weizenmehle 18

Roggenmehle 19

Andere Mehle 19

Glutenfreie Mehle 19

Der Sauerteig 21

Was ist das? 21

Warum ist er gesund? 21

Einen eigenen Sauerteig ansetzen 22

Den Sauerteig füttern 25

SAUERTEIGBROTE

Schritt für Schritt 29

Lifehacks, Erste Hilfe und andere Tipps 34

Rezepte für Sauerteigbrote 37

Roggen-Zitrone 37

Einkornbrot 39

Russisches Roggenbrot 41

Brötchen 43

Fougasse 45

Stullen, Toasties & Dips 46

Labneh-Stulle mit Sardellen und kandierter Zitrone 47

Orangen-Fenchel-Stulle mit Melonenpickles 49

Blauer Kürbis-Toastie mit Steinpilzen und Sriracha-Aioli 50

Grilled Kimcheese 53

Stulle mit Bohnen, Ei und Himbeere 54

Weiße Bohnen-Stulle mit Sardinen & Schnittlauch 56

Käse und Ei-Toastie 57

Hering-Frischkäse-Stulle mit Rübenpickles, Zitrone & Dill 58

Dips 60

Sauerteig-Resteverwertung 62

Crumpets, Pancakes, Cracker, English Muffins, Biscuits 62-63

BRIOCHE

Schritt für Schritt 67

Rezepte für Buns 69

- Schoko-Buns 70
- Erdbeer-Vanille-Buns 71
- Gelato Brioche 72
- Pumpkin-Miso-Buns 74
- Mandel-Maronen-Buns 77

Rezepte für Brioche in der Backform 79

- Erdbeer-Cheesecake 80
- Tarte Tropézienne mit Aprikosen 81
- Cinnamon Rolls 82
- Bärlauch-Babka 84

Rezepte für Pizzetas 87

- Smoky Egg-Pizzetta 89
- Pita Swirl 90
- Spicy Shirazi-Pita 92
- Pizzetta mit Mascarpone und Pistazie 93
- Land-Meer-Pizzetta 94
- Kürbis-Gorgonzola-Pizzetta mit Haselnüssen 95
- Bananen-Miso-Toastie 96

FOCACCIA

Schritt für Schritt 101

Rezepte für Focaccia 102

- Für den Frühling, für den Sommer, für den Herbst, für den Winter 102

PLUNDERTEIG

Schritt für Schritt 107

Rezepte mit Plunderteig 113

- Schinken-Käse-Croissandwich mit Spiegelei 113
- Spicy Spargel-Ecken 114
- Mandel-Rund mit Pflaume und Lavendel 115
- Kaffee-Zimt-Kissen 117
- Blutorangen-Kumquat-Spandauer 118
- Lauch-Pilz-Spandauer 119

MÜRBETEIG

Schritt für Schritt 123

Rezepte mit Mürbeteig 124

- Herzhafte Mandel-Aprikosen-Tarte 124
- Käsekuchen Brûlé 125
- Cassis-Tartelette mit Sumach 126
- Kaki-Granatapfel-Tarte 127
- Zitrustrierte 129

VEGANE LECKEREIEN

Energy Balls 131

Müsliriegel 133

Tartelette mit Früchten, Cashew & Kakao 134

Kokosnuss-Himbeer-Riegel 136

Banana Bread 137

Kardemummabullar 138

Schoko-Tarte 141