



Vorwort .....	5
Inhalt .....	6

Vom wilden Korn zum Leib Christi – die Geschichte des Brotes .....	10
Brot und Spiele .....	11
Brot und Volk .....	12
Brot und Wein .....	13

Gemahlene Gesundheit – Aus Korn wird Mehl .....	14
Gerste – die Frühreife .....	15
Roggen – der Überlebenskünstler .....	15
Weizen – die Nummer Eins .....	16
Mehl – das Endprodukt .....	17
Je dunkler, desto gesünder .....	18

Mit Säure oder Hefe – Aus Mehl wird Brot .....	19
Der Vorteig .....	19
Grundrezept für Sauerteig .....	20
Der Teig .....	21
Das Backen .....	22
Haltbarkeit .....	22
Alle wichtigen Zutaten .....	23
Die wichtigsten Abkürzungen für Maßeinheiten .....	27

Tipps für erfolgreiches Brotbacken mit diesem Buch .....	27	Vollkornbrot aus Roggen, Weizen und Dinkel .....	63
Pannenhilfe .....	28	Westhoyeler Mühlen-Vollkornbrot .....	64
<b>Roggen- und</b>			
<b>Roggenmischbrot .....</b>	<b>31</b>	<b>Weizen- und</b>	
Bauernbrot .....	33	<b>Weizenmischbrote .....</b>	67
Brüggener Kasten .....	34	Annis Brot .....	68
Bullerbeeks		Bauernweißbrot mit Joghurt .....	69
Roggenvollkornbrot .....	36	Bullerbeeks Mehrkornbrot .....	71
Das Saftige. Ein reines Roggenbrot .....	39	Dinkelbrot .....	73
Großes Roggen-Vollkornbrot .....	41	Dinkel-Vollkornbrot .....	74
Hinnebecker Vollkornbrot .....	43	Fladenbrot .....	76
Korbbrot .....	45	Frühstücksbrot .....	77
Kräftiges Bauernbrot .....	46	Landbrot Schwarzwälder Art .....	79
Landbrot .....	47	Leckeres Schwarzbrot .....	80
Roggen-Schwarzbrot .....	48	Mühlebrot .....	81
Roggen-Bauernbrot mit Sonnen- blumenkernen und Leinsamen .....	49	Saatkornbrot .....	83
Roggenbrot .....	50	Vollkorn-Sauerteigbrot .....	84
Roggenbrot mit Kürbiskernen .....	51	Vollkorn-Schnellbrot .....	84
Roggenmischbrot .....	53	Weißbrotzopf mit Ballaststoffanteil .....	85
Roggenmischbrot		Weizenmischbrot .....	87
mit ganzen Körnern .....	55	Pikante Brote .....	89
Roggen-Vollkornbrot .....	57	Brasilianisches Maisgrießenbrot .....	90
Schaumburger Vollkornbrot .....	59	Frisches Kräuter-Kartoffelbrot .....	91
Schwarzbröt .....	61	Gewickelte Zimtsemmel .....	93
Schweres Bauernbrot .....	62	Holzfällerbrot .....	95

# Inhalt

Kartoffelbrot .....	97	Baguettes und Brötchen .....	129
Kartoffelbrot mit Mohn .....	98	Baguettes .....	130
Kehdinger Apfelbrot .....	98	Brötchen und Brot aus Weizenschrot .....	133
Kräuter-Knoblauch-Brot .....	101	Käsebaguette .....	134
Kürbisbrot .....	102	Sonntagshörnchen .....	135
Kürbisgewürzbrot .....	103	Stangenbrot .....	137
Nussbrot .....	105		
Partybrötchentorte mit Käse und Schinken .....	106	Gesundheitsbrote .....	139
Pizzabrot mit Schinken .....	106	Glutenfreier Zwieback .....	141
Schinkenbrot .....	108	Glutenfreies Kartoffelbrot .....	143
Schnelles Olivenbrot .....	109	Leinsamenbrot.....	144
Süße Kürbissemmel .....	111	Vitalbrot .....	145
Tomatenbrot .....	113		
Walnussbrot .....	115	Festtagsbrote .....	147
Milchbrote .....	117	Adventsbrot .....	149
Buttermilchbrot .....	119	Hochzeitsbrot .....	151
Dinkel-Buttermilchbrot .....	119	Kerniges Hasenbrot .....	153
Grüntee-Buttermilchbrot .....	121	Fruchtiges Osterbrot .....	155
Kähmer Mühlenbrot .....	123	Aus vollem Schrot und Korn – Zehn Brotattraktionen in Deutschland .....	156
Roggenschrotbrot mit Buttermilch .....	124	Einsender(innen) der Brotrezepte .....	158
Sonnenblumenkern- Buttermilchbrot .....	125	Bildnachweis .....	160
Vollkornbrot mit Buttermilch .....	127		