



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	Vollkornbrot aus Roggen,
Brotbacken mit diesem Buch 27	Weizen und Dinkel 63
Pannenhilfe 28	Westhoyeler
	Mühlen-Vollkornbrot 64
Roggen- und	Weizen- und
Roggenmischbrot 31	Weizenmischbrote 67
Bauernbrot 33	Annis Brot 68
Brüggener Kasten 34	Bauernweißbrot mit Joghurt 69
Bullerbeeks	Bullerbeeks Mehrkornbrot 71
Roggenvollkornbrot 36	Dinkelbrot 73
Das Saftige. Ein reines Roggenbrot 39	Dinkel-Vollkornbrot 74
Großes Roggen-Vollkornbrot 41	Fladenbrot 76
Hinnebecker Vollkornbrot 43	Frühstücksbrot 77
Korbbrot 45	Landbrot Schwarzwälder Art 79
Kräftiges Bauernbrot 46	Leckeres Schwarzbrot 80
Landbrot 47	Mühlebrot 81
Roggen-Schwarzbrot 48	Saatkornbrot 83
Roggen-Bauernbrot mit Sonnen-	Vollkorn-Sauerteigbrot 84
blumenkernen und Leinsamen 49	Vollkorn-Schnellbrot 84
Roggenbrot 50	Weißbrotzopf mit Ballaststoffanteil 85
Roggenbrot mit Kürbiskernen 51	Weizenmischbrot 87
Roggenmischbrot	
mit ganzen Körnern 55	Pikante Brote 89
Roggen-Vollkornbrot 57	Brasilianisches Maisgriebenbrot 90
Schaumburger Vollkornbrot 59	Frisches Kräuter-Kartoffelbrot 91
Schwarzbrot 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	
Kräuter-Knoblauch-Brot	101	aus Weizenschrot	133
Kürbisbrot	102	Käsebaguette	134
Kürbisgewürzbrot	103	Sonntagshörnchen	135
Nussbrot	105	Stangenbrot	137
Partybrötchentorte		Gesundheitsbrote	139
mit Käse und Schinken	106	Glutenfreier Zwieback	141
Pizzabrot mit Schinken	106	Glutenfreies Kartoffelbrot	143
Schinkenbrot	108	Leinsamenbrot.....	144
Schnelles Olivenbrot	109	Vitalbrot	145
Süße Kürbissemmel	111	Festtagsbrote	147
Tomatenbrot	113	Adventsbrotd	149
Walnussbrot	115	Hochzeitsbrot	151
Milchbrote	117	Kerniges Hasenbrot	153
Buttermilchbrot	119	Fruchtiges Osterbrot	155
Dinkel-Buttermilchbrot	119	Aus vollem Schrot und Korn –	
Grüntee-Buttermilchbrot	121	Zehn Brotattraktionen	
Kähmer Mühlenbrot	123	in Deutschland	156
Roggenschrotbrot		Einsender(innen) der Brotrezepte	158
mit Buttermilch	124	Bildnachweis	160
Sonnenblumenkern-			
Buttermilchbrot	125		
Vollkornbrot mit Buttermilch	127		