

# Inhalt

## 7 VORWORT

## Einführung

### 11 GUTES BROT

- 11 Unser täglich Brot
- 12 Wie kommt die Zeit ins Brot?
- 12 Was verstehen wir unter gutem Brot?
- 12 Was sind „Alltagsbrote“?
- 13 Zum Aufbau des Buches

### 14 TIPPS FÜR DEN START

- 14 Rezeptvarianten
- 14 Zahlenangaben
- 15 Zutaten
- 15 Sauerteig
- 15 Wassermenge
- 16 Kneten
- 16 Teig verarbeiten
- 16 Temperaturen und Zeiten
- 17 Einschneiden
- 17 Backen
- 17 Schwaden

### 19 GLOSSAR

### 22 SCHNITT- UND DRÜCKTECHNIKEN

## Rezepte

### 28 WEIZEN

- 30 Verarbeitung
- 30 Was geschieht im Teig?
- 30 Konventionell oder Bio?
- 33 Weizenbrot (freigeschoben)
- 39 Weizenkastenbrot (Stuten)
- 45 Weizenschrotbrot
- 51 Weizenvollkornbrot
- 57 Weizenmischbrot
- 63 Weizenbrötchen
- 69 Weizenmischbrötchen
- 75 Weizenfeinbrötchen (Rosinenbrötchen)
- 81 Weizenfeinbrot (Rosinenbrot)

### 86 DINKEL

- 88 Verarbeitung
- 89 Welche Dinkelsorte?
- 89 Konventionell oder Bio?
- 91 Dinkelbrot (freigeschoben)
- 97 Dinkelkastenbrot

# Grundlagen

<b>103</b>	Dinkelschrotbrot	<b>193</b>	<u>DER WEG ZUM EIGENEN BROT</u>
<b>109</b>	Dinkelvollkornbrot	<b>194</b>	Zubehör
<b>115</b>	Dinkelmischbrot	<b>200</b>	Zutaten
<b>121</b>	Dinkelbrötchen	<b>208</b>	Vorstufen
<b>127</b>	Dinkelmischbrötchen	<b>214</b>	Kneten
<b>133</b>	Dinkelfeinbrötchen (Pinzen)	<b>221</b>	Teigbearbeitung
<b>139</b>	Dinkelfeinbrot (Butterstuten)	<b>232</b>	Die Gare
<b>144</b>	<u>ROGGEN</u>	<b>236</b>	Backen
<b>146</b>	Verarbeitung	<b>242</b>	Brot und Gesundheit
<b>146</b>	Was passiert im Teig?	<b>244</b>	Rezepte anpassen
<b>146</b>	Konventionell oder Bio?	<b>250</b>	Lagerung von Brot und Kleingebäck
<b>147</b>	Roggen und Sauerteig	<b>252</b>	Brotfehler
<b>149</b>	Roggenbrot (freigeschoben)	<b>256</b>	<u>SERVICE</u>
<b>155</b>	Roggenkastenbrot	<b>260</b>	<u>SCHNELL NACHGESCHLAGEN</u>
<b>161</b>	Roggenschrotbrot		
<b>167</b>	Roggenvollkornbrot		
<b>173</b>	Roggenmischbrot		
<b>179</b>	Roggenbrötchen		
<b>185</b>	Roggenmischbrötchen		