

Ulli Walters Rezepte

No Knead Bread (Sandra Walters Rezept)



Zutaten

- 800 g feines Mehl (z.B. Dinkelmehl) für den Teig
- etwas grobes Mehl (z.B. Maismehl) zum Bestäuben des Backpapiers
- 1 EL feines Salz
- 1 TL Zucker
- 2 TL Zuckerrübensirup
- 10 g Frischhefe oder 3 g Trockenhefe
- 700 ml Wasser

Ulli Walters Rezepte

Zubereitung

No Knead Bread wird nach dem Plötz-Prinzip gebacken. Das bedeutet, dass der Teig nicht geknetet, sondern gefaltet wird, und dass er vorher unter Zusatz von sehr wenig Hefe lange Zeit gehen muss.

Vortag

Mehl und Salz werden in einer Schüssel vermischt, die groß genug ist, um das doppelte Teigvolumen aufzunehmen. Die Hefe wird in lauwarmem Wasser mit dem Zucker und dem Zuckerrübensirup aufgelöst und zu den trockenen Zutaten gegeben. Alles wird mit einem Spatel gut vermischt. Der entstandene Teig wird in der Schüsselmittle zusammen geschoben. Er muss nicht ganz glatt sein, aber es dürfen keine trockenen Mehlneester mehr zu finden sein. Der Teig ist nun noch relativ weich. Falls er jedoch nicht wenigstens die Konsistenz von Brei besitzt, muss etwas mehr Mehl hinzugegeben werden.

Die Schüssel wird nun mit Plastikfolie abgedeckt, um das Austrocknen zu verhindern. Bei kühler Zimmertemperatur lässt man den Teig 12 bis 18 Stunden gehen. Je länger er geht, desto säuerlicher wird der Teig. Es entsteht eine blasenbildende Teigmasse, die zwar relativ weich und flüssig ist, aber nicht zu flüssig sein sollte, damit man den Teig noch falten kann.

Backtag

Zur Vorbereitung wird ein gusseiserner Topf mit Deckel (ca. 28 cm Durchmesser) in den Ofen gestellt. Der Ofen wird dann auf 250 Grad vorgeheizt. Sobald die 250 Grad erreicht werden, muss der Topf noch 30 Minuten im Ofen verbleiben.

Während der Topf aufwärmt, wird der Teig für das Backen vorbereitet. Zu diesem Zweck wird zunächst eine Plastikschiessel in der Größe des Topfes mit Backpapier ausgelegt. Hochstehende Zipfel werden abgeschnitten, damit das Papier später im Topf verschwindet und der Deckel gut darauf passt. Das Papier wird mit grobem Mehl besprenkelt.

Ulli Walters Rezepte

Der Teig wird auf eine mit feinem Mehl bedeckte Oberfläche gegeben und großzügig mit feinem Mehl bestäubt. Dann wird er mit einem Spatel (nicht mit den Händen!) in Form eines Briefumschlags zusammengefaltet. Die entstandene Teigschicht wird gewendet, wieder mit Mehl bestäubt und zweites Mal in Form eines Briefumschlags gefaltet. Nun werden die Hände mit Mehl bestäubt und der Teig wird mit der gefalteten Seite nach unten auf das in der Schüssel befindliche Backpapier gestülpt. Schließlich wird der Teig noch mit Sesam bestreut. Die Schüssel wird mit einer Plastikfolie abgedeckt und der Teig ruht, bis der Topf heiß genug ist.

Nach Ablauf der 30 Minuten wird der Topf aus dem Ofen geholt (Vorsicht! Auf hitzebeständige Oberfläche stellen!). Der Deckel wird abgenommen und der Teig samt Backpapier in den Topf gegeben. Das Backpapier muss eventuell noch so abgeschnitten werden, dass es nicht übersteht.

Nun kommt der Deckel wieder auf den Topf und der Topf in den Ofen. Die Temperatur wird auf 230 Grad reduziert. Der Topf bleibt erneut 30 Minuten mit Deckel im Ofen. Dann wird der Deckel entfernt, und der Topf verweilt weitere 20 Minuten im Ofen. Schließlich wird der Topf aus dem Ofen genommen und das Brot wird auf einen Rost gestürzt, wo es auskühlen kann.

Ulli Walter