



# Walnussring



## Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie:	1.095 kJ / 261 kcal (pro 100g)	Fett:	8,7 g (pro 100g)
Eiweiß:	7,8 g (pro 100g)	Davon gesättigte Fettsäuren:	1,0 g (pro 100g)
Kohlenhydrate:	35,4 g (pro 100g)		

**Zubereitungszeit:**  
30-35 Minuten Backzeit

## Zubereitung:

- Walnusskerne in einer Pfanne ohne Öl bei niedriger Hitze leicht goldbraun anrösten. Das 1050 Weizenmehl auf einem mit Backpapier belegtem Backblech bei 180 °C für circa 15 Minuten leicht rösten, bis eine hellbraune Farbe entsteht. Beides gut auskühlen lassen.
- Alle Zutaten für den Teig, bis auf die Walnüsse und das 2. Wasser, in den Kessel einer Küchenmaschine geben. Mit dem Knethaken daraus einen weichen, aber plastischen Teig kneten. Knetzeit: 6 Minuten auf langsamer und 6 Minuten auf schneller Stufe.
- Zum Schluss das 2. Wasser beigeben und kurz unterlaufen lassen. Den Teig fertig auskneten und anschließend die Walnüsse kurz unterkneten. In eine leicht geölte Wanne geben und über Nacht im Kühlschrank lagern. Mit Folie abdecken.
- Am Folgetag den Teig aus dem Kühlschrank holen und bei Raumtemperatur für circa 1 Stunde temperieren lassen. Danach auf eine mit Roggenmehl gut bemehlte Arbeitsfläche stürzen, leicht und vorsichtig in die Länge ziehen.
- Den Teig der Länge nach halbieren. Nacheinander die Teighälften an den Enden packen und in die gegengesetzte Richtung verzwirbeln. Anschließend zwei Ringe daraus formen und für eine weitere Stunde bei Raumtemperatur abgedeckt gehenlassen.
- Die Walnussringe bei 250 °C direkt auf den Backstein schieben und für reichlich Dampf ausreichend Wasser in den Backofen geben. Wer auf Nummer sicher gehen möchte, setzt das Brot auf ein Backpapier und lässt es dann auf den Stein rutschen. Nach circa 10 Minuten Backzeit die Temperatur auf 210 °C fallenlassen und für etwa 20-25 Minuten fertigbacken.

Dieses Rezept ist in Kooperation mit den Wildbakers entstanden.

## Zutaten für 2 Portionen :

### Für den Teig

- 160 g Weizenvollkornmehl
- 190 g Weizenmehl Type 1050, geröstet
- 555 g Weizenmehl Type 550
- 95 g Roggenmehl Type 1150
- 5 g Hefe
- 23 g Salz
- 25 g Apfelessig
- 730 g Wasser, kalt
- 70 g 2. Wasser, kalt
- 200 g kalifornische Walnüsse

### Außerdem

- Teigfolie
- Backpapier
- Backstein
- grober Schrot zum Bestreuen