Dreikorn-Walnuss-Brot

Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie:	243 kcal	Fett:	5,7 g
Eiweiß:	7,0 g	Davon gesättige Fettsäuren:	0,6 g
Kohlenhydrate:	38,4 g	ungesättige Fettsäuren:	5,1 g

Zutaten für 4 Portionen :

Für das Quellstück
- 60 g Rosinen
- 60 ml Wasser

Für den Poolish
- 300 g Weizenmehl (Type 550)
- 3 g Hefe
- 300 ml Wasser

Für den Sauerteig
- 50 g Roggenmehl (Type 1150)
- 5 g Anstellgut
- 50 ml Wasser

Für den Hauptteig
- 100 g geröstetes Weizenmehl (Type 550)
- 500 g Weizenmehl (Type 1050)
- 50 g Haferflocken
- 50 g Semmelbrösel
- 6 g Hefe
- 22 g Salz
- 150 g Kalifornische Walnüsse, geröstet
- 400 ml Wasser

Zubereitung:

1. **Für das Quellstück** die Rosinen in eine Schale geben, und in warmem Wasser abgedeckt, über Nacht einweichen. Am nächsten Tag die Rosinen zusammen mit dem Wasser fein pürieren.

2. **Für den Poolish** das Rosinenpüree mit Mehl, Hefe und 300 ml Wasser in eine Schüssel geben und gut verrühren. 2-3 Std. abgedeckt im Raum, dann über Nacht im Kühlschrank stehen lassen.

3. **Für den Sauerteig** Mehl, das Anstellgut in eine Schüssel geben und mit 50 ml ca. 40 °C warmem Wasser gut vermischen. Den Sauerteig abdecken und an einem warmen Ort mindestens 16 -24 Std. reifen lassen.

4. **Für den Hauptteig** die Nüsse in einer Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze rösten, bis sie anfangen zu duften. Anschließend die 100 g Weizenmehl 550 in eine Pfanne geben und ohne Fett bei mittlerer Hitze rösten. Bis das Mehl eine hellbraune Farbe hat, anschließend abkühlen lassen. Am nächsten Tag, den Poolish, das geröstete und ungeröstete Mehl, die Semmelbrösel und die Hefe mit 400 ml Wasser in die Rührschüssel der Küchenmaschine geben und mit dem Knethaken zuerst ca. 5 Min. auf langsamer Stufe mischen, dann ca. 3 Min. auf schneller Stufe kneten. Das Salz zugeben und nochmals 1 Min. langsam und 3–4 Min. schnell kneten, bis ein Teig entstanden ist, der sich gut fenstern lässt. Ideale Teigtemperatur wäre 24 °C. Dann die gerösteten Walnüsse kurz unterlaufen lassen. Den fertigen Teig mindestens 3 Std. in einer leicht geölten Schüsseln abgedeckt ruhen lassen. Nach einer Stunde, den Teig dehen und falten.

5. **Nach der Ruhezeit** den Teig halbieren, jedes Teigstück vorsichtig zusammenlegen und leicht länglich formen. Den Teig abdecken, ca. 20 Min. ruhen lassen, danach jedes Teigstück zu einem länglichen Brot mit zwei Spitzen aufarbeiten, auf ein bemehltes Küchentuch legen und aneinander aufziehen. Die Brote mindestens 30 Min. im Raum ruhen lassen und anschließend für eine Stunde in den Kühlschrank stellen.

6. **Den Backofen** samt Backstein auf 260 °C vorheizen. Die Teiglinge auf einen bemehlten Holzschieber legen und der Länge nach leicht versetzt zur Mitte einschneiden. Die Brote direkt auf den Backstein in den vorgeheizten Ofen schieben, gut dampfen und in 35-40 Min. kräftig ausbacken. Je nach Ofentyp nach ca. 10 Min. Backzeit die Ofentemperatur auf 220 °C reduzieren. Die fertigen Brote aus dem Ofen holen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.