

# Merkblatt Hefeteigbrot



## Grundrezept:

🍷 **300 ml Wasser, 500 g Mehl, 20 g Hefe, 10 g Salz**

Alles gut mischen und 15 Minuten kneten, bis der Teig geschmeidig ist.

## Teigruhezeiten:

🍷 **Stockgare (60 Minuten):** Teig als Ganzes bei 24–28 °C gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt.

🍷 **Stückgare (30 Minuten):** Geformte Brote erneut aufgehen lassen, bis sie merklich grösser sind.

## Abweichungen vom Standardrezept:

🍷 **Mehr Wasser:** Klebriger Teig, schwerer zu formen, hält Brot länger frisch.

🍷 **Mehr Hefe:** Verkürzt die Gehzeit.

🍷 **Weniger Hefe:** Längere Gehzeiten, aromatischeres Brot.

## Optionale Zutaten:

🍷 **Körner/Nüsse:** Für abwechslungsreiche Struktur.

🍷 **Butter/Öl:** Macht den Teig geschmeidiger.

🍷 **Altbrot:** Verbessert Frischhaltung und Aroma.

## Technische Zusätze:

🍷 **Malzextrakt:** Fördert die Hefegärung.

🍷 **Röstmalz:** Bringt Röstaromen und dunklere Farbe.

🍷 **Weizenkleber:** Stabilisiert das Glutengerüst.

## Teigqualität prüfen:

🍷 **Fenstertest:** Ein kleines Stück Teig entnehmen und dehnen. Bildet sich eine dünne Membran, ist er fertig. Reisst er schnell, muss weitergeknetet werden.