



Glutenfreies Brot

Rezept für 4 Brote je ca. 500 g nach dem Auskühlen (600 g Teiginwaage)

Warnung: Die gewerbliche Herstellung von glutenfreiem Brot erfordert höchste Anforderungen an die Produktion. Ein (auch besonders gründliches) Reinigen der Backstube reicht z.B. nicht aus, um einen Gluteneintrag zu vermeiden. So braucht es u.a. von der normalen Backstube völlig abgetrennte Räumlichkeiten sowie auch eigene Backformen und Öfen, um zulässigen Höchstwerte nicht zu überschreiten. Bitte informieren Sie sich zuvor **dringend** in einem Seminar über die Anforderungen.

Zutatenmischung

Alle trockenen Zutaten zuerst in einer Schüssel mit einem Schneebeesen gut vermischen	500 g Reismehl 300 g Maismehl 100 g Teffmehl 100 g Kartoffelmehl 25 g Salz 25 g Trockenhefe 15 g Johannesbrotkernmehl 15 g Flohsamen
	<hr/> 1.080 g Trockenmischung

Brotteigherstellung

1.080 g Trockenmischung 60 g Speiseöl / Butter (flüssig) 30 g Zitronensaft
<hr/> 1.250 g Wasser (ca. 35 °C)
<hr/> 2.420 g Gesamtteig

Teigknetung

- Zuerst das Wasser und den Zitronensaft in eine Rührmaschine gießen.
- Dann die Trockenmischung zügig einrühren und das Öl/die Butter zugeben.
- Den Teig in der Rührmaschine etwa eine Minute glattrühren.
- Der Teig soll eine Temperatur von ca. 26 °C - 28 °C haben.

Teigverarbeitung

- Den Teig so portionieren, dass die Brote nicht zu schwer / zu groß werden, damit die Backzeit nicht zu lange andauert. (maximal 600 g Teig je Backform)
- Teig in gefettete Backformen einfüllen und die Oberfläche mit nassen Händen etwas flachdrücken.
- Den Teig in den Kästen mit Folie abdecken und etwa 50 min gären lassen.

Backen

Ofentemperatur: 240°C auf 220°C fallend

Backzeit : ca. 40 - 50 min

© www.akademie-weinheim.de