



Toastbrot (Weizen)

(Menge für 1 kg Brot)

500 g Weizenvollkornmehl
1 TL Zucker
35 g Butter
1 EL Apfelmus (alternativ Sauerteig)
150 ml Milch (lauwarm)

150 ml Wasser (warm)
21 g Germ
1 TL Salz

Germ und Salz in einem Behälter mit Wasser auflösen und für gut 30 Minuten stehen lassen (wichtig, da wird das Brot dann schön fluffig).

Alle restlichen Zutaten in einer Schüssel vermischen, das Wasser hinzufügen und ca. 7 bis 10 Minuten in der Küchenmaschine kneten. Den Teig in der Rührschüssel ca. 90 Minuten zugedeckt an einem warmen Ort ruhen lassen. Der Teig kann recht glitschig werden, das soll so sein, kein weiteres Mehl dazugeben. Nach dem Ruhen den Teig noch einmal gut durchkneten.

Anschließend den Teig in eine Kastenform geben und nochmals ca. 45 Minuten zugedeckt gehen lassen.

Backrohr auf 220 °C vorheizen.

Das Brot 5 Minuten bei 220 °C backen, dann bei 180 °C fertig backen (ca. 30 bis 40 Minuten), bis das Brot eine Kerntemperatur von 95 °C erreicht hat.

Auf ein Gitter legen, mit Wasser besprühen und auskühlen lassen.

Martin Nussgruber - <http://martin.nussgruber.at/>