

## Rezepte

Semmerl  
Sauerteig  
einfaches Brot  
Kurs-Brot  
Kaspressknödel  
Wuchteln  
Apfelstrudel

### Semmerl

ergibt 25 bis 36 Stück

1kg Mehl  
20g Butter  
20g Zucker  
20g Salz  
1 Würfel Germ  
1/2l lauwarmes Wasser

das Mehl in eine Schüssel geben, einen Krater formen, Germ einbröckeln, etwas lauwarmes Wasser hinzufügen und einen Vorteig machen, ca 20 Minuten gehen lassen, restliche Zutaten hinzufügen und zu einem festen glatten Teig verkneten

Rasten lassen bis sich das Volumen verdoppelt hat

den Teig in 25-36 Teile teilen und in der hohlen Hand zu Kugeln schleifen lassen  
zugedeckt rasten lassen, ca 15 Min, müssen sich sichtbar vergrößern

Semmerl nach Lust und Laune formen (auch Eulen und Meerkatzen sind erlaubt)

noch einmal rasten lassen, bis sie sich sichtbar vergrößert haben

Backrohr vorheizen

mit Wasser bestreichen (Wasserdampf begünstigt die Entwicklung von Volumen)

dann bei 250° 10-15 Minuten backen bis goldbraun

**Sauerteig** (Auszug aus Huber, Roswitha, Gutes Brot, Dort und Hagenhausen Verlag, 2010, S. 74f)

erster Ansatz

3 El frisch gemahlene Roggenvollkornmehl

3 El Wasser, handwarm

Mehl und Wasser verrühren, gut abdecken, zB mit Pergamentfolie, bei Zimmertemperatur mindestens einen Tag, besser zwei Tage stehen lassen. Alle Gefäße eignen sich gut ein hohes Weckglas mit Deckel

zweiter Ansatz

3 El frisch gemahlene Roggenvollkornmehl

3 El Wasser handwarm

diese Menge mit dem ersten Ansatz verrühren; es riecht bereits angenehm säuerlich, die Masse wieder abdecken und weitere 24 Stunden bei Zimmertemperatur gehen lassen

dritter Ansatz

100g frisch gemahlene Roggenvollkornmehl

100ml Wasser handwarm

diese Menge mit dem zweiten Ansatz verrühren und einen weiteren Tag bei Zimmertemperatur stehen lassen

Wenn man nach jedem Mal backen einen Teil des Sauerteigs aufbewahrt, spart man sich den ersten und zweiten Ansatz und rührt einen Tag vor dem Brotbacken den dritten Ansatz an. Aufbewahren kann man Sauerteig in einem verschlossenen Schraubglas im Kühlschrank, das hält eine Woche. Man kann ihn auch einfrieren oder mit Mehl abgebröseln in trockenem Zustand aufbewahren, so hält er entsprechend länger.

### **Rezept für das einfachste und beste Brot der Welt:**

1 kg frisch gemahlener Roggen  
600ml warmes Wasser  
200g Sauerteig  
20g Vollsatz

alle Zutaten in eine Schüssel geben, mit der Hand zu einem nicht zu festen Teig verkneten. An einem warmen Platz 3-4 Std ruhen lassen, er soll sichtbar größer sein.

Das Backrohr auf höchste Stufe stellen, Blech oder Backstein schon im Rohr vorheizen, damit das Brot auf dem heißen Backstein zu liegen kommt.

Teig auf ein bemehltes Brett legen, Laib formen.

Bemehltes Geschirrtuch in eine Schüssel oder einen Korb geben und den Brotlaib hineingeben, 10-20 min zugedeckt an einem warmen Ort ruhen lassen. Der Teig soll sich etwas heben.

Das heiße Blech aus dem Backrohr nehmen und den Brotlaib darauf stürzen oder den Brotlaib auf den Holzschieber stürzen und direkt auf den heißen Backstein schieben.

So lange bei höchster Temperatur backen, bis das Brot eine schöne braune Farbe hat, dann die Temperatur auf 150° zurückschalten. Gesamte Backzeit beträgt ca 1 Stunde. Klopfprobe machen.

Wer noch nicht so viel Erfahrung im Umgang mit Sauerteig hat, gibt zu dem Teig 20g Germ. Die Hefepilze wirken schneller und lockern den Teig auf, das Ergebnis ist ein lockereres Brot.

### **Kalchkendl-Brotbackkurs-Rezept**

mit dieser Menge füllen wir unseren Backofen zweimal,

7kg Roggen  
7kg Weizen  
7kg Roggenvollkornmehl  
500g Salz  
2kg Leinsamen in 4l Wasser aufgeweicht  
40g Germ  
300g Gewürze (Kümmel, Koriander, Fenchel je 100g)  
12l warmes Wasser  
3l Sauerteig

alle Zutaten gut verkneten

3 Stunden an einem warmen Platz ruhen lassen

Laibe formen

in bemehltem Brotkörbchen gehen lassen (ca. 20 Minuten)

backen wie oben beschrieben oder im Holzbackofen

wer genug Erfahrung mit Sauerteig hat, kann ohne Hefe arbeiten!

### **Kaspressknödel**

für 30-40 Stück

Zutaten

1 kg Semmelbrot  
6 Eier  
1,5l Milch  
3 kleingeschnittene angeschwitzte Zwiebeln  
800g geriebener Käse, am besten Pinzgauer Käse  
Salz, Pfeffer, Petersilie

alle Zutaten außer Käse vermengen, so lange ruhen lassen, bis das Brot die Flüssigkeit aufgesogen hat, Käse dazugeben, Festigkeit prüfen, je nach Beschaffenheit des Semmelbrotes muss man noch Mehl hinzugeben, es empfiehlt sich einen Probeknödel zu machen, wenn der zu weich ist, noch ein bisschen Mehl hinzufügen

die Knödel werden zu Kugeln geformt und diese flach gedrückt (wie ein Hamburgerlaibchen)  
dann in heißem ca fingerdickem Fett goldbraun backen

Man kann die Knödel in klarer Suppe oder Zwiebelsuppe servieren, oder auch ohne Suppe mit Salat oder Sauerkraut

### **Wuchteln**

ein Backblech, 35 (5x7) oder 42 (6x7)Stück

750g Mehl (glatt oder griffig, Weizenmehl, oder auch Dinkelmehl, je nach Vorliebe Vollkorn oder gesiebt)

150g Zucker

1 Pk Trockengerst

1 Prise Salz

abgeriebene Schale einer halben Zitrone

3-4 Eier

150g Butter

warme Milch nach Bedarf, ca ½ l

ca 100g Butter für das Backblech

die trockenen Zutaten in einer Schüssel vermengen (Tipp: zimmerwarmes Mehl erleichtert die Arbeit und verbessert das Ergebnis)

Eier, zerlassene Butter und Milch zugeben

den Teig mit einem Kochlöffel schlagen bis er glatt ist und sich vom Schüsselrand löst

an einem warmen Ort gehen lassen bis sich das Volumen verdoppelt hat, dies dauert ca ½ bis 1 Stunde (Tipp: wenn die Küche zu kühl ist, den Teig im Backrohr bei niedrigster Temperatur (idR 50°) und einem Spalt breit geöffneter Backofentüre gehen lassen)

Im Backblech ca 100g Butter zerlassen, die Wuchteln auf einer mit Mehl bestäubten Arbeitsfläche formen und mit Marmelade füllen (der Fantasie sind hier keine Grenzen gesetzt, es gehen auch Rosinen, frische Früchte,... wenn man den Teig ohne Zucker zubereitet, kann man auch pikant füllen)

noch einmal kurz rasten lassen, ca 15 min, der Teig soll noch ein bisschen gehen, sich aber nicht mehr verdoppeln

Ofen vorheizen

bei 180° ca 40 Minuten backen

Tipp: bloß nicht „Zeit sparen“ und die Gehzeiten abkürzen! Wenn man ein sehr gutes Ergebnis haben will, muss der Teig sein Volumen verdoppeln.

### **Apfelstrudel**

ein Strudel, 7-8 Stück

Zutaten:

220g glattes Weizenmehl, höchstens 700

1-2 Ei Öl

lauwarmes Wasser nach Bedarf, ca 1/8l

Öl zum Bestreichen

Mehl vulkanartig auf die Arbeitsfläche geben, Öl zufügen, Wasser nach und nach zugeben und mit einer Gabel mit dem Mehl verrühren, dann gut zu einem glatten Teig verkneten

auf ein eingeöltes Teller geben und mit Öl bestreichen, so ½ Stunde ruhen lassen

In der Zwischenzeit die Fülle vorbereiten. zB 2 kg Äpfel, schälen, entkernen, in Spalten schneiden, Zucker, Zimt, in Butter geröstete Semmelbrösel, Rosinen, zerlassene Butter zum Besteichen

Den Teig auf ein bemehltes Tuch geben, mit einem Nudelholz ausrollen, mit flüssiger Butter bestreichen, ein paar Minuten ruhen lassen, dann gleichmäßig mit beiden Handrücken hauchdünn ausziehen (zu zweit geht es einfacher)

Ränder abschneiden

Die Fülle aufbringen

einrollen

Enden verschließen

auf gebuttertes Backblech legen, noch mal mit Butter einstreichen

bei 220° ca 40 Minuten backen