

Brot-Rezept für „Ruchbrot“

Ruchbrot sieht außen aus wie eine dicke Wurzel oder ein knorriges Baguette, hervorgerufen durch eine zweimalige Drehung des Teigstücks nach der Gare.

Es hat eine kräftige Kruste, wird eher stark ausgebacken und besitzt eine sehr grobporige, eher feuchte Krume mit größeren Hohlräumen. Dadurch hält es lange frisch und kann auch noch nach mehreren Tagen mit Genuss verspeist werden.

Die **extrem lange Teigführung** bei niedriger Temperatur über 1 - 2 Tage bewirkt, dass sich eine Vielzahl von broteigenen, duftenden Aromen bilden, die einen angenehmen, intensiven Brotgeschmack hervorrufen. Somit ist Ruchbrot auch sehr bekömmlich und es schmeckt auch ohne etwas drauf.

Ruchmehl

ist ursprünglich eine Spezialität aus der Schweiz, das aus hochwertigen Weizensorten gemahlen wird, welche dem Teig nach der langen Gärdauer noch die Kraft für einen ordentlichen Ofentrieb verleihen. Es enthält extra viel von den eiweiß- und mineralstoffreichen Randschichten des Weizen-Korns.



Verarbeitungsvorschlag von Müllermeister Johann Florian Gfaller:

1000 g	Ruchmehl
800 g	Wasser (Teigausbeute >170 %)
20 g	(Meer)-Salz
20 g	(Oliven)-Öl
10 g	Hefe

- Mehl in eine große Schüssel geben, die restlichen Zutaten kommen in eine Vertiefung im Mehl dazu.
- Intensiv (**10 – 15 min**) **kneten**, bis sich der Teig von der Schüssel löst. Mit Frischhalte-Folie abdecken.
- **12 – 24 h (!)** an einem kühlen Ort oder im Kühlschrank **gehen** lassen. Der Teig soll auf doppelte Größe aufgehen.
- Teig 1 h vor dem Backen auf bemehlte Arbeitsfläche stürzen, in 2 Stücke teilen, diese vorsichtig in längliche Form walken und die Enden 2 x eindrehen.
- Teiglinge auf Backblech setzen und ½ - 1 h mit einem Tuch zugedeckt gehen lassen.
- Ofen auf 250° C vorheizen und eine Schale mit Wasser unten hineinstellen. Dann einschieben.
- **Backen:**
15 min bei 250°, 45 min bei 200 - 220°, Ofen aus und 15min ausbacken lassen.

<http://www.gfaller-mehl.de>

Gfaller-Mehl
Kunstmühle Haslach GmbH & Co. KG
83278 Traunstein Mühlgasse 12-14

Fon 0861 12027 * Fax 0861 12105

