



## Einkorn-Apfelbrot

von Tobias Pfaff, Akademie deutsches Bäckerhandwerk Südwest



### Zutaten

- 500 g Äpfel, frisch gewürfelt
- 100 g Zucker
- 325 g feines Einkornmehl
- 18 g Backpulve
- 13 g Kakaopulver
- 3 g Zimt
- 125 g aufgefangenen Apfelsaft
- 200 g Cranberries
- 150 grob gehackte Haselnüsse
- 20 g Obstwasser

### Zubereitung

Äpfel und Zucker mischen und mindestens 4 Stunden ziehen lassen, den Saft auffangen.  
Den Backofen auf 200° C vorheizen.

Mehl, Backpulver, Kakao und Zimt sieben und zusammen mit dem aufgefangenen Apfelsaft zu einem Teig kneten. Äpfel, Cranberrys, Obstler und Nüsse zum Schluss kurz mit unterkneten.

Von dem Teig ca. 300 g abwiegen und in ein 400 ml-Einweckglas oder in eine geeignete Form einfüllen.

Sobald der Teig im Ofen ist, die Backtemperatur auf 180 °C zurückstellen.

Backzeit: ca. 45 Minuten



## Emmervollkornbrot mit Sauerteig

*von Tobias Pfaff, Akademie deutsches Bäckerhandwerk Südwest*



### Zutaten

#### Sauerteig

- 160 g Emmervollkornmehl
- 160 g Wasser
- 8 g Sauerteigstarter

#### Hauptteig

- 320 g Sauerteig
- 640 g Emmervollkornmehl
- 7 g Hefe
- 16 g Salz
- 8 g Honig
- 480 g Wasser

### Zubereitung

Den Sauerteig bei Raumtemperatur über Nacht (16 Stunden) ruhen lassen.

Am nächsten Tag alle Zutaten zu einem glatten Teig kneten. Den Teig 2 Stunden ruhen lassen, zwischendurch 2-3 mal zusammenfalten.

Backofen auf 240° C (Ober/Unterhitze) vorheizen.

Den Teig in die gewünschte Menge teilen, in Backformen füllen und mit Wasser anstreichen.

Sobald die Brote im Ofen sind, die Backtemperatur auf 190° C zurückstellen.

Backzeit für 1 kg Brot ca. 1 Stunde.