

Schüttelbrot

Zutaten für 20 Stück:

250 g Weizenmehl, Type W 700
250 g Roggenmehl, Type R 960
100 g Roggenschrot, mittelfein

250 ml Wasser, lauwarm
1 Würfel. frischer Germ
1 TL Zucker

125 ml Buttermilch
¼ TL Salz
4 EL Sonnenblumenöl
1 St. Ei, M
je ½ TL Kümmel, Koriander, Bockshornklee,
Anis und Fenchelsaat

- Mehl für die Arbeitsfläche
- Kleie für das Backblech

Zubereitung:

1. Den Germ, Zucker in 1/4 l lauwarmes Wasser bröckeln und gut verrühren.
2. (Alle Zutaten in die Kenwood geben und 5 Minuten abarbeiten lassen.)
3. Die Mehlsorten und das Schrot in einer Schüssel mischen und eine Vertiefung in die Mitte drücken.
4. „Germmilch“ in die Mehlmulde rühren und das Salz auf den Mehtrand geben. Buttermilch, Öl, Ei und Gewürze zugeben und alles zu einem glatten Teig verkneten.
5. Anschließend den Teil mit Mehl bestäubt abgedeckt an einem warmen Ort etwa 50 Minuten gehen lassen.
6. Den Teig noch kräftig durchkneten und in 20 Portionen teilen, per Hand etwa 5 mm dicke Fladen flach schüttelt.
7. Die Fladen auf mit Kleie bestreute Backbleche legen.
8. Teigoberfläche mehrmals mit einer Gabel einstechen und die Fladen noch einmal abgedeckt etwa 20 Minuten ruhen lassen.
9. Teigfladen im Backofen (210°C) etwa 10 Minuten backen. Nach dem Backen luftig aufbewahren, damit die Fladen trocknen.

