



## Rezeptsammlung



### Oberlindenbrot

Vorbereitungszeit: 27,0 Std.

Kochzeit: 0,75 Std.

Gesamtzeit: 27,75 Std.

Quelle: Plötz und Torsten Voß

Portionen: 1 Brot

TA 186

#backen #brot #deutschland

### **EINLEITUNG**

Das Oberlindenbrot ist ein traditioneller Laib Brot, der seinen Namen von der Stadt Lindau am Bodensee hat. Oberlinden ist ein Stadtteil von Lindau, in dem das Brot ursprünglich hergestellt wurde. Es ist bekannt für seine besondere Kruste und den saftigen Geschmack. Heute ist die Bäckerei Pfeifle aus Freiburg für dieses Brot sehr bekannt und ich fand den Backvorgang so spannend, dass ich mich entschloss, dieses Brot zu backen (da hatte ich auch noch keine Ahnung, wie lange das dauert).

Das Brot wird mit zwei Sauerteigen angesetzt und erhält dann auch noch einen Vorteig. Diese drei Teige werden dann im Hauptteig vereint und es ergibt sich ein Brot, wie ich es noch nie gegessen habe. So köstlich, ein richtiges „Handbrot“ für eine deftige Vesper oder als Begleitung zu Oliven, Schafskäse, Olivenöl ein toller Genuss. Das Brot kann sehr vielseitig eingesetzt werden und wer es für Freunde backt, der hat das große Staunen auf seiner Seite, da das Brot kaum gekauft werden kann. Ich könnte mir auch gut vorstellen dieses Brot in der Pfanne zu rösten und dann darauf Bruschetta zu servieren – das muss auch ein Genuss ein, da die knusprige Krume kombiniert wird mit der inneren Luftigkeit und Saftigkeit. Aber genug der Ideen.

Innosol GmbH  
09/2022

Die Vorbereitungszeit ist enorm lang und dieses Brot kann man nur dann backen, wenn man am Backtag wirklich zuhause bleiben will. Es ist dann etwas aufwendig, das Resultat rechtfertigt jedoch den Einsatz. Zudem ist der Teig nicht leicht zu verarbeiten, da er sehr weich, fast flüssig ist. Wirklich kein Anfängerbrot!

Der Teig ist so weich, dass er nur gefaltet werden kann, geknetet werden kann er nicht. Nach der Stockgare muss er in Form gebracht werden – kein leichtes Unterfangen und ohne Gärkorb gar nicht möglich. Da der Teig auch nach der Stückgare sofort wieder in die Breite fließt sollte direkt auf das Blech oder den Stein gestürzt werden. Dieses zeigt sich auch an der Teigausbeute, diese beträgt 186 – ein Wert, den ich noch bei keinem anderen Brot gesehen habe, geschweige denn verarbeitet. Die Teigausbeute gibt an, wieviel Wasser je 100 g Mehl in den Teig gearbeitet wurde. In diesem Fall somit 86 g Wasser auf 100 g Mehl.

Am ersten Tag macht man nicht viel. Eventuell frischt man den Sauerteig auf, dann rührt man den Roggensauerteig und den Vorteig an und lässt alles stehen – das war es schon. Am zweiten Tag setzt man den Weizensauerteig und Autolyseteig an und wenn alles fertig ist, den Hauptteig. Das Falten und Dehnen ersetzen das Kneten, daher ist es unbedingt erforderlich. Aus diesem Vorgang kann sich das Klebergerüst bilden, das später für den Ofentrieb unbedingt erforderlich ist.

Ich empfehle einschlägige Videos auf YouTube (da ich noch keine eigenen Videos habe), um sich diese Vorgänge zeigen zu lassen. So, nun zum Rezept!

Produkt	Brennwert ↕		Fett ↕	Kohlenhydrate ↕	Protein ↕
<a href="#">240 g Roggenmehl Type 1150</a>	3367 KJ	804 kcal	3,1 g	163,2 g	21,6 g
<a href="#">750 g Weizenmehl, Typ 550</a>	10425 KJ	2490 kcal	7,5 g	531,8 g	73,5 g
<a href="#">211 g Weizenmehl Typ 1050</a>	3030 KJ	724 kcal	3,8 g	141,4 g	25,3 g
	<b>16822 KJ</b>	<b>4018 kcal</b>	<b>14,4 g</b>	<b>836,3 g</b>	<b>120,4 g</b>

## ZUTATEN

### Für den Roggensauerteig:

121 g Wasser (50 °C)  
2,4 g Salz  
121 g Roggenmehl 1150  
24 g Roggenanstellgut TA 200 (weich) (5 °C)

### Für den Vorteig:

242 g Wasser  
242 g Weizenmehl 550  
0,24 g Frischhefe (5 °C)

### Für den Weizensauerteig:

60 g Wasser (60 °C)  
60 g Weizenmehl 550  
60 g Weizenanstellgut TA 200 (weich) (5 °C)

### Für den Autolyseteig:

423 g Wasser (40 °C)  
211 g Weizenmehl 1050  
423 g Weizenmehl 550

**Für den Hauptteig:**

175 g Wasser

25 g Salz

109 g Roggenmehl 1150

gesamter Autolyseteig (28 °C)

gesamter Vorteig

gesamter Roggensauerteig

gesamter Weizensauerteig (28 °C)

**ZUBEREITUNG****Roggensauerteig:**

Mischen, bis sich die Zutaten zu einem weichen Teig verbunden haben (gewünschte Teigtemperatur: ca. 35 °C). 12 Stunden bei 20°C reifen lassen.

**Vorteig:**

Mischen, bis sich die Zutaten zu einem weichen Teig verbunden haben (gewünschte Teigtemperatur: ca. 20 °C). 12 Stunden bei 20°C reifen lassen.

**Weizensauerteig:**

Mischen, bis sich die Zutaten zu einem weichen Teig verbunden haben (gewünschte Teigtemperatur: ca. 28 °C). 2 Stunden bei 28°C reifen lassen.

**Autolyseteig:**

Mischen, bis sich die Zutaten zu einem mittelfesten Teig verbunden haben (gewünschte Teigtemperatur: ca. 30 °C). 60 Minuten bei 20°C reifen lassen.

**Hauptteig:**

Die Zutaten in der genannten Reihenfolge in die Schüssel wiegen. Zu einem Teig vermischen und kneten, bis der Teig glatt und geschmeidig aussieht (gewünschte Teigtemperatur: ca. 28 °C). 2 Stunden bei 20°C reifen lassen. Dabei nach 30, 60 und 90 Minuten dehnen und falten.

Den Teigling halbieren. Die Teiglinge schonend rund einschlagen (Marcel Paa: Rundwirken von flüssigen Teigen). Die Teiglinge mit Schluss nach unten auf die unbemehlte Arbeitsfläche legen. 30 Minuten bei 20°C reifen lassen.

Die Teiglinge mit Schluss nach oben auf die leicht bemehlte Arbeitsfläche legen. Die Teiglinge schonend länglich einschlagen.

30 Minuten bei 20°C mit Schluss nach oben in jeweils einem mit Roggenmehl gestaubten Gärkorb zugedeckt reifen lassen. Alternativ: 16-20 Stunden bei 5°C reifen lassen, wenn die Zeit das Backen nicht mehr erlaubt.

**Backen:**

Die Teiglinge aus den Gärkörben direkt nebeneinander auf das Backpapier stürzen. Das Backpapier sofort mit den Teiglingen mithilfe eines flachen Bleches oder Brettes in den auf 270 °C vorgeheizten Ofen auf den Backstein befördern. Sofort bedampfen. Den Ofen nach 5 Minuten auf 220°C herunterdrehen und weitere 45 Minuten ausbacken. Den Dampf nach 15 Minuten ablassen. Die Kerntemperatur sollte 95 Grad betragen.