

Brot backen

Brot backen? Ist das ein MINT-Experiment? Klar, und es schmeckt auch noch!
Am besten lässt Du Dir bei diesem Experiment von einer/einem Erwachsenen helfen.

Das brauchst Du:

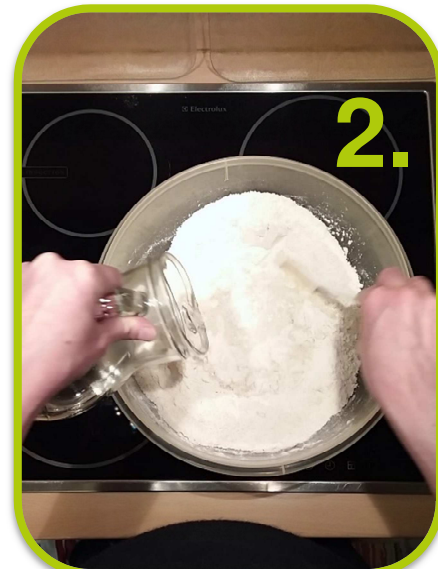
- ✓ Zeit
- ✓ eine große Schüssel
- ✓ einen Kochlöffel
- ✓ eine Küchenwaage
- ✓ eine Kastenform
- ✓ etwas Butter oder Margarine
- ✓ Mehl (am besten Weizen oder Dinkel; wenn Du magst, Vollkorn)
- ✓ 10g Salz
- ✓ 6g Trockenhefe
- ✓ ca. 350 ml lauwarmes Wasser



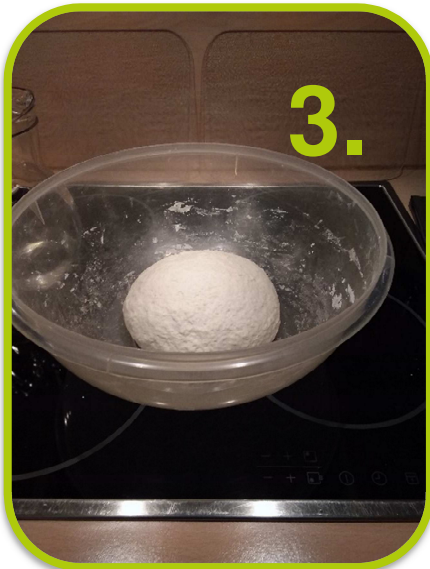
Los geht's:



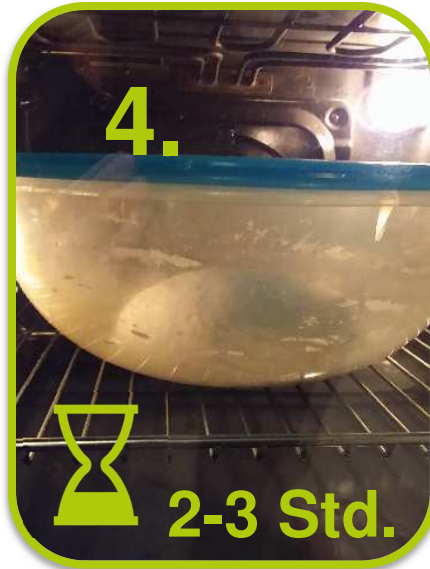
Mische das Mehl zusammen mit dem Salz und der Trockenhefe in einer großen Schüssel. Wundere Dich nicht, dass auf der Packung für Trockenhefe vielleicht steht, dass Du für 500g Mehl ein ganzes Päckchen benutzen sollst. 6 Gramm reichen vollkommen aus in diesem Rezept.



Mache eine Vertiefung in die Mehlmischung. In die Mulde wird nach und nach das Wasser gegeben und alles mit einem großen Kochlöffel, einer Küchenrührmaschine oder Deinen Händen vermengt. Ein Handmixer ist dafür zu schwach und würde kaputt gehen.



3.



4.



2-3 Std.



5.

Klebt der Teig sehr? Füge noch etwas Mehl hinzu. Ist er sehr trocken? Dann braucht er noch etwas Wasser. Je länger Du den Teig knetest, um so glatter wird er. Am Ende solltest Du einen schöne runden Teigkloß haben.

Jetzt braucht der Teig Ruhe, dann kann die Hefe ganz in Ruhe arbeiten. Decke die Schüssel dafür ab und stelle alles an einen warmen Ort, z.B. in den Backofen mit eingeschalteter Backofenlampe als einzige Wärmequelle.

Lass den Teig 2-3 Stunden im Backofen gehen. Er sollte danach deutlich mehr Platz in der Schüssel eingenommen haben. In dieser Zeit kannst Du schon die Kastenform fetten, am besten mit Butter oder Margarine.



6.



7.



1 Std.



8.

Nun wird der Teig noch einmal gut durchgeknetet Siehst Du die Gasblasen im Teig? Das war die Hefe! Und es ist ein Zeichen dafür, dass alles so läuft, wie es soll.

Forme den Teig zu einem länglichen Kloß und lege ihn in die gefettete Backform, die dann für eine Stunde in den noch warmen Backofen kommt. In dieser Zeit geht der Teig noch einmal und steigt vielleicht sogar bis zum Rand der Kastenform.

Nun die Kastenform auf die Arbeitsplatte stellen und den Ofen auf 250° Umluft vorheizen. Hole Dir dafür Unterstützung von einem/einer Erwachsenen und ziehe dicke Kochhandschuhe an.



Jetzt das Brot in den Ofen stellen und bei 200° C backen. Nach 45 Minuten Gesamtbackzeit könnt Ihr das Brot aus der Backform nehmen und noch ca. 15 Minuten weiterbacken.

Jetzt das Brot aus dem Backofen nehmen und bei Zimmertemperatur abkühlen lassen. Nach ca. 1-2 h ist das Brot bereit zum Anschneiden. Guten Appetit!

Tipp: Wenn du eine Schüssel mit heißem Wasser während des Backens in den Ofen stellst, bekommt das Brot eine besonders schöne Kruste.

Hefe

Hefe ist ein Pilz, aber nicht so wie der Steinpilz im Wald, sondern ein Mikroorganismus, also ein winzig kleines Lebewesen. Die Hefe leistet beim Brotbacken ganze Arbeit: Wenn sie sich richtig wohl fühlt, also es warm und feucht genug hat und auch noch etwas zu essen hat (Mehl/Zucker) produziert sie Gase, die als kleine Luftbläschen im Teig dafür sorgen, dass das Brot locker wird.

Kneten

Einige Mehlsorten enthalten einen Kleber (Gluten) und eignen sich dadurch besonders gut zum Brotbacken. Je mehr der Teig geknetet wird, umso mehr von dem Kleber verbindet sich und bildet so eine Art Netz im Teig. Das sorgt dafür, dass die wichtigen Gasbläschen, die die Hefe bildet, im Teig gehalten werden können. Du kannst es Dir vorstellen wie ein Netz mit Luftballons darin.

www.zukunftswerkstatt-buchholz.de
Fotos: zukunftswerkstatt buchholz