



## Kür-Biss (Kürbisbrot)

Rezept von Bäckermeister Josef Hinkel

### Zutaten (für 500 g Mehl)

500 g Dinkelmehl (Type 630)  
20 g Salz  
30 g Honig  
50 g Levain (Weizensauerteig)  
13 g Trockenhefe  
115 ml lauwarmes Wasser  
250 g Kürbiswürfel  
190 g Kürbispüree  
65 g Kürbiskerne, geröstet  
5 g Kürbisöl  
Prise Muskatnuss

### Zubereitung

Alle Zutaten in eine Schüssel geben. Dabei das Salz und die Hefe in verschiedene „Ecken“ füllen, da direkter Kontakt von Salz auf Hefe, die Hefe schädigt. Den Teig erst vier Minuten langsam, dann fünf Minuten schnell kneten.

#### Wie entsteht Levain?

50 Gramm Mehl und 50 Gramm Wasser miteinander vermengen und 24 Stunden bei Raumtemperatur stehen lassen. Diesen Prozess zwei weitere Male wiederholen. Der fertige Weizensauerteig riecht sauer und wirft Bläschen.

#### Wichtig: Knetzeit einhalten

Damit sich die Klebereiweiße bilden können und das Brot vernünftig aufgeht, ist es wichtig, die Knetzeiten einzuhalten.

Den Teig gehen lassen und ihn nach circa 60 Minuten alle 20 Minuten von außen nach innen großzügig ziehen und überschlagen. Das hilft, weichen Teig standhafter zu machen und ein besseres Backergebnis zu erreichen. Den Teig weitere 45 Minuten gehen lassen. Anschließend den Teig nach Belieben zu einem Brot formen.

Circa fünf Minuten bevor das Brot in den Ofen kommt, eine Backform oder ein Backblech mit Wasser füllen und in den vorgeheizten Ofen schieben, damit Wasserdampf entsteht. Dieser macht das Brot dehnbar, sodass es beim Aufgehen im Ofen nicht einreißt. Das restliche Wasser nach circa 20 Minuten entfernen und das Brot bei 250 Grad Ober- und Unterhitze circa 80 Minuten backen.