

Kochen

Jörg Schmid

Mittwoch, 13.08.2025

Zupfbrot mit Tomatenpesto

Für ca. 4 Personen

Zutaten

Für den Vorteig

2 g Hefe, frisch
200 g Wasser, lauwarm, ca.
200 g Weizenmehl, Type 550

Für das Pesto

100 g Tomaten, getrocknet, in Öl
1 Knoblauchzehe
60 ml Olivenöl
2 Spitzer Chilisoße, nach Belieben
etwas Salz

Für den Hauptteig

300 g Weizenvollkornmehl
150 g Ruchmehl oder Weizenmehl Type 1050 (siehe Tipp)
250 g Wasser, lauwarm, ca.
6 g Hefe, frisch
12 g Salz

Außerdem:

etwas Mehl zum Bearbeiten

Zubereitung:

- Am Vortag für den Vorteig (Poolish)** Hefe und Wasser (Zimmertemperatur) in einer mittleren Schüssel verrühren. Mehl nach und nach klümpchenfrei einrühren. Zugedeckt 1 Stunde bei Zimmertemperatur ruhen lassen. Dann abgedeckt über Nacht im Kühlschrank reifen lassen.
- Für das Pesto** Tomaten abtropfen lassen, grob schneiden. Knoblauch abziehen, würfeln, mit Tomaten und Olivenöl in einen Standmixer geben und feinstückig mixen. Mit Chilisoße und eventuell noch etwas Salz abschmecken.
- Für den Brotteig** Mehle in die Rührschüssel einer Küchenmaschine geben. Vorteig, Wasser (Zimmertemperatur) und Hefe zugeben und alles bei kleiner Stufe ca. 8 Minuten durchkneten. Dann das Salz zugeben und weitere 2 Minuten bei mittlerer Stufe geschmeidig kneten.
- Teig auf leicht bemehlter Arbeitsfläche kurz durchkneten und zu einem Quadrat formen. Zugedeckt ca. 15 Minuten ruhen lassen.
- Kasten oder Brotbackform (ca. 23 cm x 8 cm) fetten. Den Teig dann ca. 4 mm dünn rechteckig (ca. 45 cm x 18 cm) ausrollen. Pesto aufstreichen, dabei rundherum einen kleinen Rand frei lassen. Teig von der kurzen Seite her fest aufrollen, mit der Naht nach oben auf die Arbeitsfläche legen und mit einem scharfen Messer in 6 gleich große Stücke schneiden.
- Die Teigstücke mit der Schnittfläche nach oben dicht an dicht in die Form setzen. Zugedeckt bei Zimmertemperatur etwa 25-30 Minuten gehen lassen.
- Den Backofen auf 230 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Die einzelnen Teigstücke in der Form mit einer großen Schere senkrecht in der Mitte etwa zu dreiviertel tief einschneiden.
- Form in den heißen Backofen setzen. Eine halbe (ofenfeste) Tasse Wasser auf den Backofenboden setzen (Achtung, heißer Wasserdampf! Alternativ Dampffunktion des Backofens nutzen) und die Backofentür rasch schließen. Das Brot etwa 45-50 Minuten goldbraun backen.
- Form aus dem Backofen nehmen, auf ein Kuchengitter setzen und das Brot lauwarm abkühlen lassen.
- Brot vorsichtig aus der Form auf ein mit Backpapier belegtes Kuchengitter stürzen, nach Belieben auskühlen lassen oder noch leicht ofenwarm genießen.

Tipp: Ruchmehl kommt aus der Schweiz und ist mittlerweile auch hierzulande erhältlich. Der Name "Ruch" bedeutet so viel wie grau. Ruchmehl zeichnet sich durch einen höheren Mineralsstoff und Ballaststoffgehalt aus, weil es noch Kleiereste enthält - daher ist es nicht weiß sondern leicht grau. Alternativen sind Weizenmehl Type 1050 und Weizenvollkornmehl.