

# Solothurner Brot

Das Solothurner Brot erkennt man vor allem an der typischen Kropfbildung an der Seite – ein super-leckeres, sehr knuspriges und aromatisches Brot!

★★★★★ 4.59 von 29 Bewertungen



## VORBEREITUNG

15 Min.

## ZUBEREITUNG

15 Min.

## ARBEITSZEIT

30 Min.

## STOCKGARE

Vorteig: 8-12 Std. /  
Hauptteig: 60-90 Min.

## STÜCKGARE

20-30 Min.

## BACKDAUER

ca. 50-60 Min.

## BACKTEMPERATUR

280-180 Grad  
Ober/Unterhitze

## ZUTATEN

### Rezeptmenge: 1 Brot

#### Vorteig

- 80 g Ruchmehl (Weizenmehl Type 1050)
- 80 g Wasser 30 Grad warm
- 10 g Sauerteig (alternativ: 1 g Frischhefe)

#### Hauptteig

- Vorteig
- 350 g Wasser kalt
- 470 g Ruchmehl (Weizenmehl Type 1050)
- 11 g Frischhefe
- 11 g Salz
- 20-40 g Wasser

## ANLEITUNGEN

#### Vorteig

- Den Sauerteig zum Wasser in ein hohes Gefäss geben und aufschlänmen. D.h. zusammen vermischen. Danach das Ganze zum Mehl geben und alles gut vermischen.

- Anschliessend den Vorteig zugedeckt bei Raumtemperatur für 8-12 Std. gären und aufgehen lassen,

### Hauptteig

- Alle Zutaten in die Küchenmaschine geben und für 3-4 Min. mischen. Danach die Geschwindigkeit erhöhen und den Teig weitere 8-10 Min. bei mittlerer Geschwindigkeit kneten.
- Danach den letzten Teil Wasser nach und nach zum Teig geben und 2-3 Min. weiterkneten, bis er die Fensterprobe besteht.
- Anschliessend ein grosses rechteckiges und Becken gut ausfetten und den Teig hineinlegen. Den Teig mit einem Teigtuch oder Frischhaltefolie zudecken und für 60-90 Min. bei Raumtemperatur gären lassen.
- In der Zwischenzeit den Teig 1-2x dehnen und falten:

Hierzu ziehst Du an einer Seite des Teiges diesen in der Schüssel leicht hoch und legst den Teig an den gegenüberliegenden Schüsselrand. Dies geht am besten, wenn Du Deine Hände vorgängig in etwas Wasser tunkst. Diesen Vorgang von allen vier Seiten wiederholen. Dann den Teig für die restliche Gärzeit wieder zudecken.

### Formen

- Nach der Gärzeit den Teig vorsichtig auf eine gut bemehlte Arbeitsfläche stürzen und schonend 2-3x über die Arbeitsfläche schleifen, um eine glatte Oberfläche zu bekommen. Dabei den Teigling leicht länglich formen und darauf achten, dass die Luft möglichst im Teig bleibt.
- Danach den Teig mit dem Verschluss nach unten auf ein bemehltes Teigtuch absetzen und mit Mehl stauben. Den Teigling längs auf beiden Seite mit dem Teigtuch etwas stützen und dann für 20-30 Min. bei Raumtemperatur gären lassen.
- In der Zwischenzeit den Backofen mit einem Brotbackstein auf 280 Grad Ober/Unterhitze vorheizen.

### Backen

- Den Teigling vorsichtig mit dem Verschluss nach unten auf eine Brotschaufel absetzen und von da direkt auf den heissen Brotbackstein im Ofen schieben und für 15-20 Min. anbacken. Tipp: Sollte Dein Backofen keine 280 Grad bekommen, nimm einfach die höchstmögliche Temperatur.
- Nach 20 Min. die Ofentemperatur auf 180 Grad reduzieren und das Brot für weitere 30-40 Min. knusprig ausbacken.
- Nach dem Backen das Brot auf einem Gitter gut auskühlen lassen.

### NUTRITION

---

Kalorien: 1092kcal

Kohlenhydrate: 174g

Eiweiss: 77g

Fett: 9g