

Vollkorn-Früchtebrot mit Zimt, Cranberries und Haselnüssen



Winterliches Vollkorn-Früchtebrot mit Zimt, Nüssen und Cranberries

Zubereitungszeit:

Wartezeit:

Backzeit: 40 min

ZUTATEN

Für den Soaker (Tränker)

170 g Weizenvollkornmehl

170 g Buttermilch (oder andere Flüssigkeit)

3 g Salz

170 g getrocknete Cranberries (oder andere getrocknete Früchte)

Für die Biga (Vorteig)

170 g Weizenvollkornmehl
3 g Trockenhefe (oder 1 g Frischhefe)
85 g Buttermilch
1 Ei, leicht aufgeschlagen

Für den Hauptteig

50 g Weizenvollkornmehl
5 g Salz
7 g Trockenhefe (oder 21 g Frischhefe)
1 TL Zimt, gestrichen
50 g Zucker
70 g Haselnüsse (oder andere Nüsse)

ZUBEREITUNG

1. Für den Soaker alle Zutaten in einer Schüssel gut vermischen. Bitte keine Nüsse, Kerne oder Samen, sondern nur getrocknete Früchte für den Soaker verwenden!
2. Für die Biga alle Zutaten in eine weitere Schüssel geben und für 2 Minuten kneten, bis sich alles verbunden hat. Teig 5 Minuten ruhen lassen, dann noch einmal für eine Minute kneten. Biga für 30 Minuten bei Zimmertemperatur gehen lassen.
3. Anschließend die Schüsseln mit dem Soaker und der Biga abgedeckt über Nacht in den Kühlschrank stellen.
4. Am nächsten Tag die Schüsseln aus dem Kühlschrank holen und gute 30 Minuten in der Küche stehen lassen, damit die Zutaten Zimmertemperatur annehmen.
5. Nun den Hauptteig zubereiten. Dazu das Weizenvollkornmehl, das Salz, die Hefe und jeweils die Hälfte zum Zimt und Zucker zusammen mit dem Soaker und der Biga in einer Schüssel 2-3 Minuten kneten., 5 Minuten in der Schüssel ruhen lassen und anschließend noch einmal 2-3 Minuten kneten. Der Teig sollte etwas klebrig sein, aber nicht an den Fingern kleben bleiben. Evtl. noch etwas Mehl

dazugeben und unterkneten.

6. Den Teig zu einer Rolle formen und ca. 1,5 Stunden gehen lassen, bis sich das Volumen um das 1,5-fache verdoppelt hat.
7. Eine Kastenform einfetten und mit Mehl ausstäuben.
8. Auf einer bemehlten Arbeitsfläche den Teig mit den Händen rechteckig flachdrücken.
9. Haselnüsse, restlichen Zimt und Zucker darauf verteilen, den Teig aufrollen und in die Kastenform legen. Abgedeckt weitere 45 Minuten gehen (das Volumen sollte sich wieder um das 1,5-fache vergrößert haben).
10. Den Backofen auf 240°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
11. Nach der Ruhezeit das Brot für ca. 10 Minuten bei 240°C backen, anschließend bei 200°C 25-35 Minuten weiter backen.
12. Wenn das Brot von unten hohl klingt, wenn man darauf klopft, ist es fertig gebacken.