

Von der Liebe zum Brotbacken

Sobald es im Backrohr heiß genug ist, bäckt Irmgard Wöhrl in ihrem mobilen Holzofen herzhaftes Purpurweizen- Roggen- Sauerteigbrot mit Nüssen, süßen Nusszopf oder Semmerl.

Laub raschelt von den Bäumen, in den Spinnennetzen funkeln Taupfropfen und es wird wieder früh dunkel. Da ist es in der warmen Küche umso gemütlicher. Irmgard Wöhrl hat ihren Holzofen auf der Terrasse mit Buchenscheiten befüllt und das Feuer entzündet. Aus dem Schornstein steigt Rauch auf.

Aufgewachsen am Attersee verbrachte die passionierte Hobbyköchin viel Zeit mit ihrer Oma und Mutter in der Küche. Kochen und Backen faszinierte das Mädchen. Sie wollte - wie ihre Oma - Köchin werden. Doch es kam anders: Wöhrl wurde Prokuristin und leitete jahrelang das "Beratungszentrum Kommunen und Institution" der Salzburger Sparkasse AG. In ihrer Freizeit widmete sie sich weiterhin dem Kochen und Backen. So kocht die 62-Jährige heute noch im Salzburger Freilichtmuseum auf alten Herden und gibt ihre Leidenschaft für gesunde Kost gerne an Interessierte weiter. Im "Das Trappkochbuch" hat sie die Lebensgeschichte ihrer Oma, die Küchenchefin im Haus der Familie Trapp war (bekannt aus dem Film The Sound of Music), verewigt. Bereichert ist das Buch mit den alten Rezepten ihrer Oma, die diese ihrer Enkelin vererbt hatte.

Zum Brotbacken verwendet Wöhrl - so wie ihre Großmutter - am liebsten Sauerteig. "Er verbessert die Verdaulichkeit, das Aroma und den Geschmack." Und weil es sich bei Sauerteig um ein Lebewesen handelt, hat er einen Namen. Er heißt Sepp (Roggensauerteig) und sie Tante Hilde (italienischer Sauerteig Lievito Madre). Regelmäßig füttert die Salzburgerin ihre Mitbewohner mit Mehl und Wasser.

Für das Purpurweizen-Roggen-Sauerteigbrot mit Nüssen nimmt Wöhrl einen Teil des italienischen Sauerteiges. "Lievito Madre ist eine sanfte Form und passt sehr gut zu Weißmehl." Das Backen mit Sauerteig braucht Zeit. Am besten darf dieser die ganze Nacht "gehen". Als Mehl verwendet die Salzburgerin Purpurweizen. Den Namen verdankt diese Weizensorte ihrer violett gefärbten Samenschale.

Am nächsten Tag bereitet Wöhrl den so genannten Autolyseteig zu. Dieser besteht nur aus Weizenmehl und heißem Wasser. Er braucht ein bis zwei Stunden Ruhe damit sich Stärke und Eiweiß gut miteinander verbinden können und ein Klebergerüst bilden. Das erspart danach



Das Rezept für das Purpurweizen-Roggen- Sauerteigbrot hat Irmgard Wöhrl selbst kreiert. Die Unterseite verziert sie mit Ringelblumen.

BILDER: SN/CHRISTINE FRÖSCHL

einige Zeit beim Kneten. Nun folgt der Hauptteig (siehe Rezept) und am Schluss werden die Walnüsse eingearbeitet. Während der Ruhezeit von vier bis fünf Stunden dehnt und faltet Wöhrl den Teig mehrmals mit feuchten Händen.

Danach wird der Teig in zwei gleich große Teile geteilt, auf Spannung gefaltet und in zwei bemehlte Garkörbchen zugedeckt zum weiteren "rasten" stehen gelassen. Nach einer Stunde ist es so weit: Das Backrohr hat mit 250 Grad die richtige Temperatur und die Brote werden mittels einer speziellen Schaufel in das Back-

rohr "eingeschossen". Nach fast einer Stunde ist es soweit: Wöhrl öffnet den Backofen, holt mit der Schaufel einen Laib heraus und klopft auf die Rückseite. Es klingt hohl. Wöhrl strahlt: „Genauso muss es klingen. Jetzt ist das Brot fertig.“

Mehr Informationen

Irmgard Wöhrl weiß wie gutes Brot, Gebäck und Süßes mit Sauerteig gelingen können. Sie gibt ihr Wissen auch in Kursen weiter. Hier gibt es Informationen dazu WWW.ALPEN-BROT.INFO



MEIN
BRAUCHTUM
VON CHRISTINE
FRÖSCHL

Purpurweizen-Roggen Sauerteigbrot mit Nüssen

Sauerteig

110 g Rotweizenvollkornmehl oder Weizenvollkornmehl
140 g Lievito Madre (Weizensauerteig) oder 30 g Roggen

Anstellgut

120 g Wasser (45 Grad)
Sauerteigzutaten verrühren und bei Raumtemperatur zugedeckt 2 Stunden „anspringen“ lassen, danach für 12-14 Stunden in den Kühlschrank.

Autolyseteig

900g Weizenmehl 700
570 g Wasser (60 Grad)
Mehl und Wasser mischen und mindestens 30 Minuten, besser 1-2 Stunden, zugedeckt ruhen lassen.
Bei der Autolyse werden ausschließlich Mehl und Wasser ohne Zugaben verrührt. In der Zeit danach verquellen Stärke und Eiweiß und es entwickelt sich ein gutes Klebergerüst.

Nuss Quellstück

100 g Walnüsse (in kleine Stücke gebrochen)
200 g Wasser
Nüsse in Wasser 1-2 Stunden einweichen und danach das Wasser abgießen.

Hauptteig

Autolyseteig
Sauerteig
Nuss Quellstück
110 g Roggenvollkornmehl
1 TL Honig
25 g Salz

100-150 g Wasser

Hinweis zum Thema Wasser: da nicht immer die gleichen Mehle verwendet werden ist es sinnvoll, die Wassermenge vorsichtig zu dosieren. Da ansonsten der Teig zu weich werden könnten. Es empfiehlt sich daher 20% weniger Wasser zu verwenden und den Rest, wenn erforderlich, nachzugeben.

Alle Teigzutaten bindig vermischen, zuletzt die Nüsse unter und den Teig kneten und bei Raumtemperatur 4-5 Stunden reifen lassen. In den ersten 2 Stunden alle 30 Minuten mit feuchten Händen dehnen und falten.

Danach den Teig in zwei Laibteilen, auf Spannung rundwirken und mit dem Schluss nach unten in gut bemehlten Garkörbchen ca. 60-90 Minuten ruhen lassen.

Backofen auf 250 Grad vorheizen (wenn ein Brotbacktopf verwendet wird, diesen von Beginn an hineinstellen, damit sich dieser aufheizt (Achtung-Verbrennungsgefahr!).

Brotteig mit Schluss nach oben auf ein Backpapier kippen und mit diesem den Teig in den Brotbacktopf heben. Nun den Deckel schließen oder den Laib auch nur aufs Blech legen. Jetzt bei 250 Grad fallend auf 230 Grad ca. 45-55 Minuten backen. 15 Minuten vor Backende den Deckel entfernen. Das Brot ist fertig, wenn es beim Klopfen hohl klingt.

Rezept: Irmgard Wöhrl