

FEIGEN-WALNUSS-BROT (PAIN AUX FIGUES ET NOIX)

Posted on 1. September 2018



Heute habe ich mal ein etwas ausgefallenes Brotrezept für euch, für ein köstliches Feigen-Walnuss-Brot. Eine kleine Aromabombe aus französischen Mehlen, Ruchmehl, Walnüssen und getrockneten Feigen. Nach Wunsch kann dieses leckere, sättigende und wohlschmeckende Brot übrigens ganz ohne industrielle Hefe zubereitet werden...



Das Brot auf den

Bildern hier im Rezept habe ich "nur" mit Sauerteig und Hefewasser gebacken. Also ganz ohne Zusatz von gekaufter Hefe. Die Variante mit Hefe habe ich natürlich auch ausprobiert und das Brot wird damit ebenfalls super lecker und saftig. Allerdings würde ich empfehlen, euch bei der "Hefevariante" eher an den jeweils kürzeren angegebenen Gehzeiten zu orientieren.

Das Feigen-Walnuss-Brot bleibt sehr lange frisch und saftig. Es ist einerseits recht rustikal, schmeckt nussig und die Walnüsse verleihen einen gewissen Biss. Zugleich hat das Brot aber auch eine dezente lieblich-fruchtige Note, durch die Zugabe von getrockneten Feigen. Eine sehr spannende und ausgesprochen leckere Kombination, finde ich. Einfach als "Stulle" passt es überraschend gut zu vielerlei verschiedenen Brotbelägen. Aber was soll ich sagen, um ehrlich zu sein reicht mir persönlich dazu einfach *nur* ein wenig frische Butter - mehr brauche ich gar nicht zu so einem schmackhaften Brot.

So langsam beginnt ja nun auch die Herbstzeit....eine ganz wunderbare Jahreszeit! Und damit beginnt auch so langsam wieder die Zeit für wärmende [Suppen und Eintöpfe](#). Auch als Beilage zu Suppen und anderen Gerichten macht dieses Feigen-Walnuss-Brot nämlich eine ziemlich gute Figur. In den Herbst passt so ein rustikales Brot mit Nüssen und getrockneten Früchten doch irgendwie ganz besonders gut, nicht wahr? Noch mehr Inspiration und Rezept-Ideen für diese schöne Jahreszeit findet ihr bei meinen [herbstlichen Rezepten](#)...



Zutaten für das Feigen-Walnuss-Brot:

(für 1 großes Brot)

Vorteig:

- 100 g T110 (franz. Mehl)/Ruchmehl/Weizenmehl Type 1050
- 90 g aktives [Hefewasse](#)/alternativ 90g Wasser + 1g frische Hefe

Sauerteig:

- 100 g T110 (franz. Mehl)/Ruchmehl/Weizenmehl Type 1050
- 90 g Wasser, warm
- 15 g [Anstellgut](#) ([Sauerteig](#) aus dem Kühlschrank)

Brühstück:

- 80g Walnüsse, gerne vorher angeröstet
- 70g getrocknete Feigen
- 25g Altbrot, geröstet & gemahlen
- 150g Wasser, kochend

Hauptteig:

- Vorteig
- Sauerteig
- Brühstück
- 200g Ruchmehl/Weizenmehl Type 1050
- 200g franz. Mehl T65/Weizenmehl Type 550
- 200g aktives [Hefewasser](#)/alternativ 200g Wasser + 2g Hefe
- 10g [Backmalz, selbstgemacht](#)
- 14g Salz
- 10g Walnussöl oder Butter
- (evtl. zusätzlich etwa 20g Wasser)

Hinweis: Ersatzweise kann für das Ruchmehl und T110 ein Weizenmehl Type 1050 verwendet werden und das T65 kann durch Weizenmehl Type 550 ersetzt werden. Allerdings werden Geschmack und Teigbeschaffenheit anders, zudem benötigt ihr eventuell etwas weniger Wasser.

Feigen-Walnuss-Brot zubereiten:

VORBEREITUNGEN:

1. *Sauerteig:* 12-16 Stunden vor der Teigzubereitung das warme Wasser und das Mehl vermischen und danach das Anstellgut gut unterrühren. Abgedeckt bei Zimmertemperatur reifen lassen.
2. *Vorteig:* Ca. 12 Stunden vor der Teigzubereitung die Zutaten für den Vorteig gründlich miteinander vermischen und abgedeckt bei Zimmertemperatur stehen lassen.
3. *Brühstück:* Walnüsse (sehr grob zerkleinert), getrocknete Feigen (geviertelt) und das gemahlene Altbrot mit dem kochenden Wasser überbrühen. Gut vermischen und nach dem Abkühlen bis zum Gebrauch im Kühlschrank aufbewahren. (Ich setzte es etwa zeitgleich mit dem Sauerteig an.)

AM BACKTAG:

1. Brühstück, Sauerteig, Vorteig, Ruchmehl, T65 und (Hefe-)Wasser kurz vermischen. Für 20 Minuten quellen lassen.
2. Backmalz und gegebenenfalls Hefe hinzufügen und für 10 Minuten bei langsamer Geschwindigkeit (Ich: Stufe 1) verkneten.
3. Salz und Butter/ Öl (und jetzt gegebenenfalls noch etwas Wasser) hinzufügen. Für etwa 2 Minuten bei schneller Geschwindigkeit einkneten (Ich: Stufe 2). (*Tipp:* Wer möchte kann für die letzten Minuten auch gerne einen Flexi-Rührlement für den relativ weichen Teig benutzen,

- dann reicht weiterhin eine langsame Geschwindigkeit mit der Küchenmaschine.)
4. Den Teig abgedeckt in einer geölten Schüssel/ Teigwanne für ca. 1,5-2 Stunden bei Zimmertemperatur (22-24°C) gehen lassen. Insgesamt 3-4 mal falten (strech & fold): Einmal sofort und jeweils nach etwa 30 Minuten.
 5. Ein Gärkörbchen leicht mit Mehl ausstäuben.
 6. Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche sehr schonend zu einem Brotlaib formen. Dabei möglichst keine Luft aus dem Teig drücken. Eher vorsichtig zusammenfalten und den Schluss etwas zusammenkneifen.
 7. Mit dem Schluss nach oben in das vorbereitete Gärkörbchen legen.
 8. Abgedeckt für etwa für ca. 60-90 Min. bei Zimmertemperatur (22-24°C) gehen lassen.
 9. In dieser Zeit den Ofen auf 250°C Ober-Unter-Hitze vorheizen. Entweder zusammen mit einem großen Gusstopf **oder** einem Backstahl/ Pizzastein.
 10. Den Teigling nach der Gehzeit aus dem Gärkörbchen einen Bogen Backpapier stürzen und einschneiden. Entweder in den heißen Topf gleiten lassen und den Deckel schließen **oder** auf den heißen Backstahl/ Pizzastein. Beim Backen auf dem Backstahl/ Pizzastein einmal verzögert nach etwa 3 Minuten schwaden und die Feuchtigkeit nach einigen Minuten wieder ablassen.
 11. Für insgesamt etwa 40-50 Minuten backen. Nach 10 Minuten der Backzeit die Temperatur auf 220°C senken. (Beim Backen im Topf den Deckel für die letzten 10 Minuten entfernen.)
 12. Das Feigen-Walnuss-Brot nach dem Backen möglichst auf einem Kuchengitter o.ä. abkühlen lassen.

ZUBEREITUNG IM THERMOMIX®:

VORBEREITUNGEN:

1. *Sauerteig*: 12-16 Stunden vor der Teigzubereitung das warme Wasser und das Mehl vermischen und danach das Anstellgut gut unterrühren. Abgedeckt bei Zimmertemperatur reifen lassen. (Wer den Sauerteig mit dem Thermomix vermischen möchte, 20 Sek./ Stufe 3.)
2. *Vorteig*: Ca. 12 Stunden vor der Teigzubereitung die Zutaten für den Vorteig gründlich miteinander vermischen und abgedeckt bei Zimmertemperatur stehen lassen. (Wer den Vorteig mit dem Thermomix vermischen möchte, 20 Sek./ Stufe 3.)
3. *Brühstück*: Walnüsse (sehr grob zerkleinert), getrocknete Feigen (geviertelt) und das gemahlene Altbrot mit dem kochenden Wasser überbrühen. Gut vermischen und nach dem Abkühlen bis zum Gebrauch im Kühlschrank aufbewahren. (Ich setzte es etwa zeitgleich mit dem Sauerteig an.)

AM BACKTAG:

1. Brühstück, Sauerteig, Vorteig, Ruchmehl, T65 und (Hefe-)Wasser in den Mixtopf geben, 1 Min./ Teigknetstufe. Für 20 Minuten quellen lassen.
2. Backmalz und gegebenenfalls Hefe hinzufügen, 4 Min./ Teigknetstufe. (Gegebenenfalls mit dem Spatel durch die Deckelöffnung unterstützen zu Beginn.)
3. Salz und Butter/ Öl (und jetzt gegebenenfalls noch etwas Wasser) hinzufügen, 1 Min./ Teigknetstufe.
4. Den Teig abgedeckt in einer geölten Schüssel/ Teigwanne für ca. 1,5-2 Stunden bei Zimmertemperatur (22-24°C) gehen lassen. Insgesamt 3-4 mal falten (strech & fold): Einmal sofort und jeweils nach etwa 30 Minuten.
5. Ein Gärkörbchen leicht mit Mehl ausstäuben.
6. Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche sehr schonend zu einem Brotlaib formen. Dabei möglichst keine Luft aus dem Teig drücken. Eher vorsichtig zusammenfalten und den Schluss etwas zusammenkneifen.
7. Mit dem Schluss nach oben in das vorbereitete Gärkörbchen legen.
8. Abgedeckt für etwa für ca. 60-90 Min. bei Zimmertemperatur (22-24°C) gehen lassen.
9. In dieser Zeit den Ofen auf 250°C Ober-Unter-Hitze vorheizen. Entweder zusammen mit einem großen Gusstopf **oder** einem Backstahl/ Pizzastein.
10. Den Teigling nach der Gehzeit aus dem Gärkörbchen einen Bogen Backpapier stürzen und einschneiden. Entweder in den heißen Topf gleiten lassen und den Deckel schließen **oder** auf den heißen Backstahl/ Pizzastein. Beim Backen auf dem Backstahl/ Pizzastein einmal verzögert nach etwa 3 Minuten schwaden und die Feuchtigkeit nach einigen Minuten wieder ablassen.
11. Für insgesamt etwa 40-50 Minuten backen. Nach 10 Minuten der Backzeit die Temperatur auf 220°C senken. (Beim Backen im Topf den Deckel für die letzten 10 Minuten entfernen.)
12. Das Feigen-Walnuss-Brot nach dem Backen möglichst auf einem Kuchengitter o.ä. abkühlen lassen.



