

# WALNUSS-WURZELBROT: RUSTIKAL & EINFACH

Posted on 12. Juli 2018



Heute habe ich für euch mal wieder ein neues Brot-Rezept...für ein rustikales Walnuss-Wurzelbrot. Es schmeckt sehr lecker und bringt sowohl geschmacklich als auch optisch etwas Abwechslung in die Brotbackstube...



Das Walnuss-

Wurzelbrot ist nicht nur für alle Nuss-Liebhaber bestens geeignet, sondern auch für Brotbackanfänger und alle, die ein unkompliziertes Rezept für ein leckeres Brot suchen. Denn dieses einfach gehaltene Rezept mit wenig Hefe und Übernachtgare, braucht wenig Vorbereitung und ist ganz einfach nachzubacken. Der Teig braucht nach der Gehzeit einfach nur geteilt und in sich verdreht werden. Die rustikale Optik und das nussige Aroma machen das Walnuss-Wurzelbrot zu einer tollen Beilage auf dem Buffet und zum Grillen. Aber auch "einfach so" als Brot, ist es eine leckere Abwechslung und schmeckt belegt oder zusammen mit einem leckeren Dip oder Aufstrich einfach köstlich.

Übrigens könnt ihr nach Wunsch auch aus dem Teig 8-10 kleine Wurzelbrötchen backen. Dann teilt ihr den Teig nicht in 2 oder drei Teiglinge, sondern in 8-10 längliche Teile und verdreht diese dann ein paar mal ineinander. Die Backzeit verkürzt sich dann ein wenig auf etwa auf 20 Minuten. Falls ihr Übernachtgare genauso so praktisch findet wie ich, könnt ihr gerne mal bei meinen anderen [Rezepten mit Übernachtgare](#) stöbern...









## Zutaten für das Walnuss-Wurzelbrot:

(für 2-3 Stück)

### Brühstück:

- 80g Walnüsse, angeröstet
- 50g Wasser, kochend

### Hauptteig:

- 400g Weizenmehl Type 550
- 100g Kamut- oder Weizenvollkornmehl
- 100g Roggenmehl Type 1150
- 350g Wasser
- 10g Anstellgut (ASG) vom Sauerteig aus dem Kühlschrank
- 2g Hefe
- 12-14g Salz

- 10g Ahornsirup oder [Gerstenmalzsirup](#)
- 10g Walnussöl
- Brühstück

## Walnuss-Wurzelbrot zubereiten:

### Brühstück:

1. Walnüsse sehr grob zerkleinern und in der Pfanne ohne Fett anrösten.
2. Mit kochendem Wasser überbrühen.
3. Für mindestens 2-4 Stunden abkühlen lassen.
4. (Das Brühstück kann auch schon 2-3 Tage vorher zubereitet und im Kühlschrank gelagert werden.)

### Hauptteig:

1. Mehl, Wasser und ASG für 2-3 Minuten bei niedriger Stufe (ich: Stufe min.) vermischen. Für 30-40 Minuten zur Autolyse stehen lassen.
2. Danach Hefe und Ahornsirup hinzugeben und für etwa 10 Minuten bei langsamer Geschwindigkeit (ich: Stufe 1) verkneten.
3. Salz, Walnussöl und Brühstück hinzufügen und nochmal für etwa 2 Minuten bei mittlerer Geschwindigkeit (ich: Stufe 1,5) verkneten.
4. Den fertig gekneteten Teig in eine geölte Schüssel oder [Teigwanne](#) geben.
5. Für ca. 8-10 Stunden bei Zimmertemperatur (20-22°C) gehen lassen. Einmal zu Beginn und mindestens ein weiteres Mal während der Gehzeit dehnen und falten ([strech & fold](#)).
6. Anschließend vorsichtig auf eine gut bemehlte Arbeitsfläche geben und nochmal von oben bemehlen und 2-3 gleichgroße, längliche Portionen abstechen.
7. Jeden Teigling behutsam ein paar mal in sich verdrehen. Bitte darauf achten, dabei möglichst wenig Luftbläschen im Teig zu zerstören. Für eine luftigere Krume können auch einfach 2-3 längliche Teiglinge abgestochen werden, ähnlich wie beim Ciabatta.
8. Ca. 60-80 Minuten bei Zimmertemperatur (20-22°C) im bemehlten Bäckerleinen (oder einem festen Geschirrtuch) ruhen lassen. Den Stoff zwischen den Teiglingen etwas hochziehen, damit diese leicht gestützt werden.
9. Backofen rechtzeitig auf 250°C Ober-Unter-Hitze vorheizen. Am besten gleich zusammen mit einem Backstahl/ Backstein oder Backblech.
10. Teiglinge nach der Gehzeit auf einen Bogen Backpapier/ Backmatte heben.
11. In den vorgeheizten Backofen geben (unterster Einschub), sofort einmal schwaden (Wasserdampf).
12. Für 25-35 Minuten (je nach Größe) backen durchgehend bei 250°C Ober-Unter-Hitze backen.

- Nach 5 Minuten die Ofentür einmal weit öffnen und die Feuchtigkeit hinaus lassen. (Sollte eurer Ofen sehr stark heißen, die Temperatur zu Backbeginn eventuell gleich auf 230°C reduzieren.)
13. Nach dem Backen das fertige Walnuss-Wurzelbrot auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.

## ZUBEREITUNG IM THERMOMIX®:

### Brühstück:

1. Walnüsse sehr grob zerkleinern und in der Pfanne ohne Fett anrösten.
2. Mit kochendem Wasser überbrühen.
3. Für mindestens 2-4 Stunden abkühlen lassen.
4. (Das Brühstück kann auch schon 2-3 Tage vorher zubereitet und im Kühlschrank gelagert werden.)

### Hauptteig:

1. Mehl, Wasser und ASG in den Mixtopf geben, 2 Min./ Stufe 3 mischen. 30-40 Minuten zur Autolyse stehen lassen.
2. Danach Hefe und Ahornsirup hinzugeben, 4 Min./ Teigknetstufe. (Gegebenenfalls mit dem Spatel durch die Deckelöffnung unterstützen zu Beginn.)
3. Brühstück, Salz und Walnussöl hinzufügen, 1 Min./ Teigknetstufe.
4. Den fertig gekneteten Teig in eine geölte Schüssel oder [Teigwanne](#) geben.
5. Für ca. 8-10 Stunden bei Zimmertemperatur (20-22°C) gehen lassen. Einmal zu Beginn und mindestens ein weiteres Mal während der Gehzeit dehnen und falten ([streich & fold](#)).
6. Anschließend vorsichtig auf eine gut bemehlte Arbeitsfläche geben und nochmal von oben bemehlen und 2-3 gleichgroße, längliche Portionen abstechen.
7. Jeden Teigling behutsam ein paar mal in sich verdrehen. Bitte darauf achten, dabei möglichst wenig Luftbläschen im Teig zu zerstören. Für eine luftigere Krume können auch einfach 2-3 längliche Teiglinge abgestochen werden, ähnlich wie beim Ciabatta.
8. Ca. 60-80 Minuten bei Zimmertemperatur (20-22°C) im gut bemehlten Bäckerleinen (oder einem festen Geschirrtuch) ruhen lassen. Den Stoff zwischen den Teiglingen etwas hochziehen, damit diese leicht gestützt werden.
9. Backofen rechtzeitig auf 250°C Ober-Unter-Hitze vorheizen. Am besten gleich zusammen mit einem Backstahl/ Backstein oder Backblech.
10. Teiglinge nach der Gehzeit auf einen Bogen Backpapier/ Backmatte heben.
11. In den vorgeheizten Backofen geben (unterster Einschub), sofort einmal schwaden (Wasserdampf).
12. Für 25-35 Minuten (je nach Größe) backen durchgehend bei 250°C Ober-Unter-Hitze backen.



Nach 5 Minuten die Ofentür einmal weit öffnen und die Feuchtigkeit hinaus lassen. (Sollte eurer Ofen sehr stark heißen, die Temperatur zu Backbeginn eventuell gleich auf 230°C reduzieren.)  
13. Nach dem Backen das fertige Walnuss-Wurzelbrot auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.

