

## Misobrot

### Ein Brot das nicht geknetet werden muss & möchte

#### Zutaten:

320 g Weizenmehl, Type 550  
2 g Trockenhefe  
350 ml Wasser, lauwarm  
34 g Misopaste, (Weiße/ Genmai/ Mugi/ Gemischt)  
30 g Dinkelkleie (oder Weizenkleie)

#### Zubereitung:

Löst eure gewählte Misopaste in dem Wasser auf und mischt dann alle Zutaten zusammen. Denkt daran das alles in einer größeren Schüssel zu tun, damit euer Teig später nicht überläuft. Mit einem Stück Frischhaltefolie deckt ihr jetzt die Schüssel ab und stellt sie zur Gärung an die Seite.

Die Gärung sollte zwischen 12 bis 24 Stunden lang sein, damit die Misopaste zusammen mit der Hefe schön gehen kann. Achtet darauf, das die Schüssel nicht zu kalt steht.

Wenn ihr euch dafür entscheidet, dass der Teig genug aufgegangen ist, bemehlt eure Backform und lasst den Teig hinein gleiten. Danach muss er nochmals 30 Minuten gehen.

In dieser Zeit könnt ihr euren Ofen aufheizen auf 200°C Ober-/ Unterhitze. Bereitet euch ein dickeres und ausreichend großes Stück Alufolie vor um eure Backform abzudecken, wenn ihr einen passenden Deckel habt könnt ihr natürlich auch diesen nehmen.

Im ersten Backschritt wird die Form ca. 35 Minuten abgedeckt backen.

Danach öffnet ihr die Form oder nehmt den Deckel ab und backt das Brot fertig, bei mir sind es meistens um die 20 Minuten.

Denkt daran, dass die Backzeit je nach Ofenart und Alter dessen variiert. Die Stäbchenprobe (ein z.B. mit einem Schaschlik-Holzspieß) wird euch helfen. Der Teig darf nicht mehr zu stark daran kleben bleiben. Wenn ihr merkt, dass das Brot verbrennt aber noch nicht durch ist, schaltet unbedingt die Hitze runter auf 180°C.

Danach lasst ihr es auskühlen.

Das Brot ist innen leicht feucht und klebrig aber durch die Miso und Dinkel gut schmackhaft. Ich bin gespannt über eure Meinungen.