

Glutenfrei 1

Florian Greistorfer

Dedicated to me.

Inhaltsverzeichnis

Brot und Brötchen

| | | |
|----|-------------------------|---|
| 1. | Sauerteig | 2 |
| 2. | Sauerteigbrot | 3 |

Kuchen und Torten

| | | |
|----|-------------------------------------|---|
| 1. | Schwarzwälder Kirschtorte | 6 |
| 2. | Obstkuchen | 7 |

A large, round loaf of bread with a cracked, rustic crust sits on a light-colored wooden cutting board. A single slice has been cut from the right side, revealing a soft, porous interior. The board is scattered with small pieces of bread crust. In the background, through a window, a lush green forest is visible. To the right, a dark-colored pot or bowl sits on a surface.

Brot und Brötchen

1. Sauerteig

Zutaten

260g Mehl
260ml Wasser

- 1.** Tag 1: 30g Mehl und 30ml Wasser in einem verschließbaren Gefäß vermengen und offen stehen lassen.
- 2.** Tag 2-4: 30g Mehl und 30ml Wasser zum Ansatz hinzufügen und Gefäß offen stehen lassen.
- 3.** Tag 5: 30g vom Ansatz herauswiegen und mit 70g Mehl und 70ml Wasser vermengen und offen stehen lassen. Den Rest entsorgen.
- 4.** Tag 6: 70g Mehl und 70ml Wasser zum Ansatz hinzufügen und Gefäß offen stehen lassen.
- 5.** Tag 7: Erstes Brot kann gemacht werden. Bei den ersten Versuchen etwas Trockenhefe dazugeben, da der Sauerteig noch nicht genug Kraft entwickelt hat.

2. Sauerteigbrot

Zutaten

| | |
|-------|-----------------|
| 140g | Mehl |
| 140ml | Wasser |
| 30g | Sauerteigansatz |
| 500g | Mehl |
| 450ml | Wasser |
| 10g | Salz |
| 4EL | Olivenöl |



220-250°C 50min

- 1.** Am Vortag Sauerteigansatz mit 140g Mehl und 140ml Wasser vermengen und verschlossen stehen lassen.
- 2.** Vom Sauerteigansatz 30g herauswiegen und für das nächste Mal verschlossen in den Kühlschrank stellen.
- 3.** Den Sauerteigansatz im Wasser auflösen.
- 4.** Mit Mehl, Salz und Olivenöl vermengen und für 10-15 Minuten kneten.
- 5.** Gärkörbchen oder Kastenform ausmehlen und den Teig über Nacht (min. 8 Stunden) zugedeckt an einem warmen Ort gehen lassen.
- 6.** Ofen auf 250°C Umluft mit einer Schale Wasser vorheizen.
- 7.** Brot aus dem Gärkörbchen stürzen und für 50 Minuten backen. Nach 10 Minuten Temperatur auf 220°C reduzieren.

Kuchen und Torten



1. Schwarzwälder Kirschtorte

Zutaten

| | |
|----------|------------------|
| 5 | Eier |
| 1 Prise | Salz |
| 200g | Zucker |
| 2 Pkg | Vanillezucker |
| 250g | Mehl |
| 1 Pkg | Backpulver |
| 3 EL | Kakaopulver |
| 1 EL | Rum |
| 800g | Kirschen |
| 400g | Gelierzucker 2:1 |
| 500ml | Schlagobers |
| 2 Pkg | Sahnesteif |
| 1 Schuss | Zitronensaft |
| 200g | Schokoraspeln |



175°C 25-30min

1. Kirschen entkernen und mit dem Gelierzucker zum Kochen bringen, anschließend köcheln lassen.
2. Ofen auf 190°C (Umluft 175°C) vorheizen. Eier, Mehl, Zucker, Vanillezucker, Backpulver, Kakao und Rum in einer Rührschüssel glatt rühren.
3. Teig in eine Springform geben und für 25-30 Minuten backen.
4. Den fertigen Boden in 3 Teile schneiden.
5. Boden und Kirschmasse kühlen lassen.
6. Schlagobers mit Sahnesteif steif schlagen und Zitronensaft zugeben.
7. Den ersten Boden auf eine Platte legen und den Springformrand oder einen Tortentrring darum herum stellen. Darauf die Kirschmasse gleichmäßig verteilen.
8. Den zweiten Boden auflegen und leicht andrücken. Ein Drittel des Schlagobers gleichmäßig darauf streichen.
9. Den dritten Boden auflegen und leicht andrücken. Den restlichen Schlagobers gleichmäßig auf und um die Torte streichen. Mit Schokoraspeln garnieren.
10. 16 Tupfen Schlagobers gleichmäßig am Rand der oberfläche verteilen und darauf entkernte Kirschen platzieren. Torte vor dem servieren 3-4 Stunden kaltstellen.

2. Obstkuchen

Zutaten

| | |
|----------|---------------|
| 500g | Mehl |
| 200g | Zucker |
| 250g | Joghurt |
| 4 | Eier |
| 100ml | Öl |
| 1 Prise | Salz |
| 1 Pkg | Backpulver |
| 1 Pkg | Vanillezucker |
| 200-400g | Obst |



180°C 25-30min

1. Ofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen
2. Zucker, Vanillezucker und Eier schaumig rühren.
3. Joghurt und Öl unterrühren.
4. Mehl, Backpulver und Salz kurz unterrühren bis ein glatter Teig entstanden ist.
5. Tiefes Backblech gut einfetten und den Teig gleichmäßig darauf verteilen.
6. Obst auf dem Teig verteilen und leicht in den Teig drücken.
7. 25-30min backen.
8. Kuchen auskühlen lassen und mit Staubzucker bestreuen.